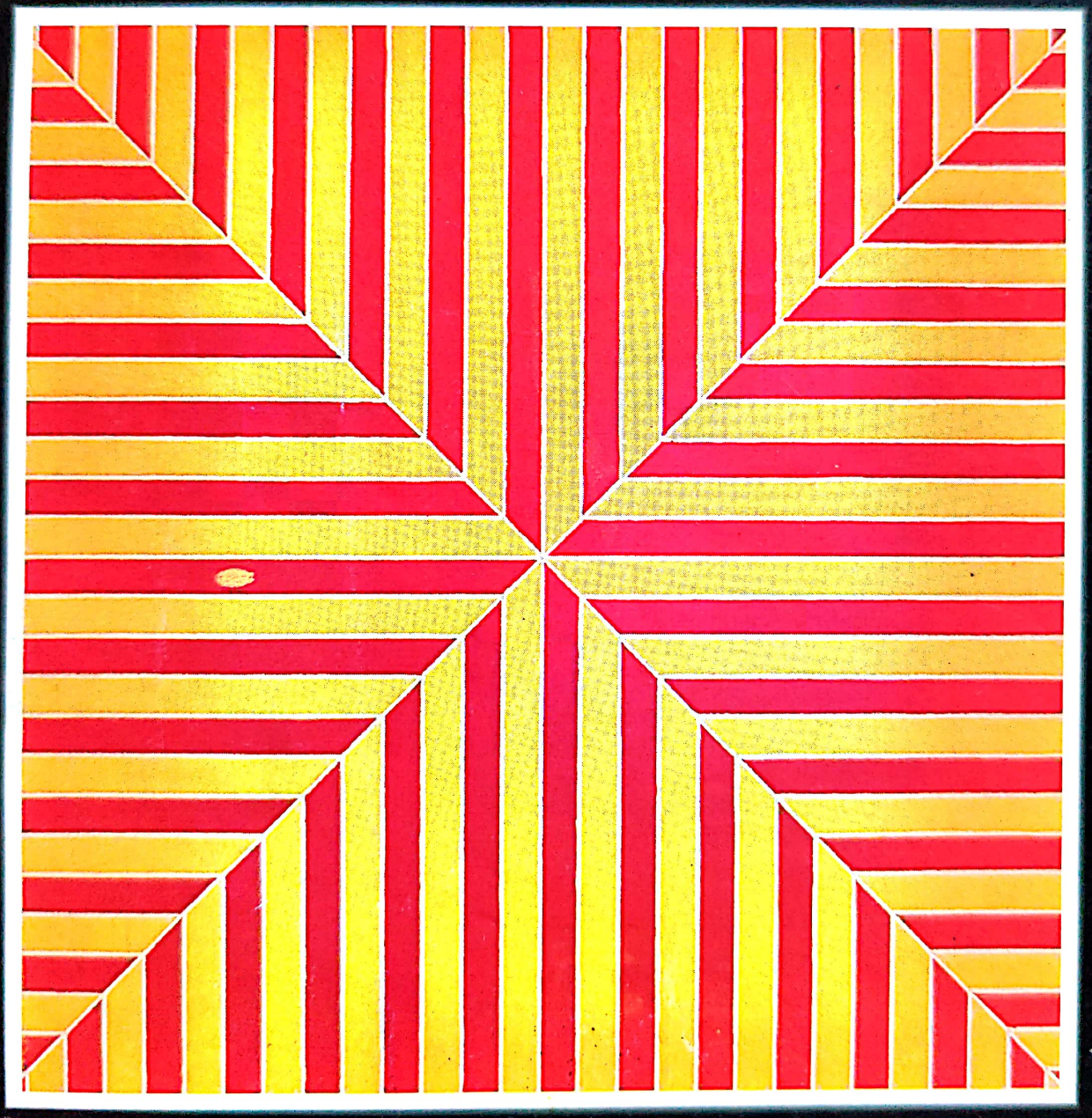
PSIHOLOGIA

SOCIETATEA
ȘTIINȚĂ & TEHNICĂ S.A.

4
1999



- **Psihogenealogia**
- **Test de disponibilitate socială**
- **Psihologia vestimentației**
- **Cum te hrănești, acela ești cu adevărat!**

Scanned with OKEN Scanner

Sumar

- Cultul memoriei — 3
  Adrian Neculau
- Test de disponibilitate socială — 7
- Testul Szondi – un joc „de-a alegerea" în familie — 10
  Nicolae Dumitrașcu
- Psihogenealogia: străbunicii se amestecă în viața noastră — 12
  Virginia Alexandru
- Psihotest: Literele numelui dumneavoastră dezvăluie multe... — 16
- Personalitatea, grupa sanguină și comportamentul la volan — 20
  Marilena Zevcleanu
- Psihotest: Sînteți incoruptibil(ă)? — 24
- Psihotest: Sînteți indulgent(ă)? — 25
- Psihologia vestimentației — 26
  Mihaela Roco
- Cum te hrănești, acela ești cu adevărat! — 28
  Maria Constantinescu
- Să ne controlăm imaginația și să gîndim pozitiv — 31
  Mihaela Roco
- Psihotest: Grilă de descifrare a relației dintre sexualitate și principiile dv. morale — 34
- Psihotest: Dragoste și gelozie — 39
- Psihotest: Cum sînt sentimentele dv. față de soț (soție)? — 42
- Comportamentul agresiv. O abordare etologică (VIII) — 44
  Mihail Cociu
- Chestionar pentru cititorii revistei *Psihologia* — 47
- Peste 35 de ani în slujba educației: Asociația Franceză a Psihologilor Școlari — 49
  Elena Badea
- Psihotest: Vă țineți promisiunile? — 51

Coperta I: Marrakech de Frank Stella, Muzeul Metropolitan, New York

SOCIETATEA
ȘTIINȚĂ & TEHNICĂ

DIRECTOR GEN.: Șerban Ursu
DIRECTOR EDIT.: Ioan Albescu

PSIHOLOGIA

Anul IX, nr. 4 (50)
iulie/august 1999

Revistă editată în colaborare cu Asociația Psihologilor din România

REDACTOR-ȘEF: Adina Chelcea

TEHNOREDACTOR: Radu Dobreci

DIFUZARE: Cristian Anghelescu
Cornel Daneliuc,
(telefon: 665 27 75 sau 224.36.63, interior 1151)

ADRESA REDACȚIEI:
Piața Presei Libere nr. 1, București, cod 79781
Telefon: 665 27 75
224.36.63, interior 1208;
tel/fax: 222 84 94
E-mail: rst@automation.ipa.ro

Cont: 40 34 01 BASA-SMB
Registru comercial: 40/6775 1991
Cod fiscal: R 1578216

Tiparul executat la SC INFOPRESS SA Odorheiu-Secuiesc

CONSULTANȚI ȘTIINȚIFICI:
Prof. univ. dr. Septimiu Chelcea
Prof. univ. dr. Irina Holdevici
Conf. univ. dr. Aurora Liiceanu
Dr. Stroe Marcus
Prof. univ. dr. Ion Mânzat
Prof. univ. dr. Nicolae Mitrofan
Prof. univ. dr. Adrian Neculau
Dr. Grigore Nicola
Prof. univ. dr. Horia Pitariu
Conf. univ. dr. Mihaela Roco
Prof. Filaret Sîntion

ISSN 1220-689X

Prețul: 5 500 lei

Scanned with OKEN Scanner

Cultul memoriei

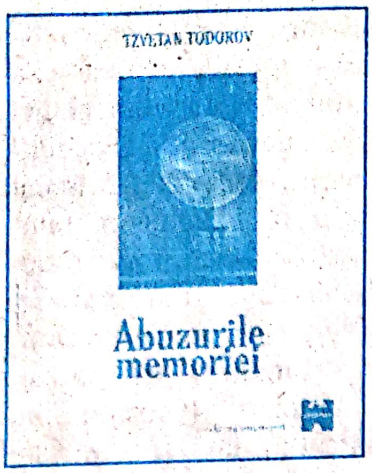
Cultul memoriei pare să obsedeze societăţile europene, cea franceză cu deosebire, crede **Ţvetan Todorov**, filozof francez de origine bulgară (Les abus de la mémoire, 1995). Deşi a trecut o jumătate de veac de la ororile fasciste, inteligenţia apuseană nu oboseşte să menţină vie memoria colectivă, evocatoare a acelor ani funebri. Sînt înregistraţi toţi supravieţuitorii lagărelor de concentrare naziste, se inaugurează noi muzee ale holocaustului, nu este neglijat nici un mijloc de a menţine vie memoria acestor evenimente tenebroase.

Sacralizată însă, memoria devine sterilă, îşi pierde conţinutul afectiv, forţa evocatoare. Se birocratizează, am adăuga noi, devine ritual domestic, gest oarecare. Ajuns la această extremitate, crede Todorov, cultul meoriei este abuziv. Pentru că ne deturnează de la prezent şi de la viitor. Ne împiedică să gîndim prezentul şi viitorul în contextul lor, ne obligă să le conceptualizăm în funcţie de datele trecutului. Or, rasismul, xenofobia, excluziunea de astăzi nu sînt identice cu cele de ieri, barbarii de astăzi şi de mîine au îmbrăcat alte haine, şi-au renovat discursul, l-au făcut mai subtil, temele lor sînt mai bine ambalate într-un înveliş democratic. Ei se sustrag cu abilitate „vigilenţei" pe care o convoacă frenezia comemorativă. Militanţilor memoriei le scapă, adesea, exact ceea ce vor să incrimineze: **posibilitatea reînvierii ideologiilor şi practicilor totalitare**. Statutul de militant antifascist sau anticomunist, lupta cu urmările acestora atrag, după sine, identificarea cu o nouă poziţie, cu naşterea unei apartenenţe limitative: individul nu mai este o persoană deschisă oricărui mesaj, putînd discerne şi alege, ci un „membru" al unei opţiuni, direcţii de gîndire, comunităţi; grupul, identificat astfel, la rîndul său, se supune normelor ce-i dictează apartenenţa. Recursul la trecut îşi pierde astfel funcţia iniţiatoare, revendicarea apartenenţei naşte un contracurent, un nou militantism al excluziunii sau măcar al balizării. Exemplul lui Todorov este edificator: cînd mă reclam ca aparţinînd rasei negre, genului feminin, comunităţii homosexualilor mă situez pe o direcţie de atitudine, practic un alt tip de distincţie, de delimitare, de exclusivism. Pot reînvia aceste practici, într-o nouă formulă.

Proclamarea, cu pasiune, a reîntoarcerii la suferinţele trecutului ne poate lipsi de instrumente de analiză critică a prezentului, ne poate determina să ignorăm derapajele contextului actual, ne absolvă de responsabilitatea combaterii pericolelor ce ne înconjoară, acum şi aici. Nu mai invocăm şi faptul că, adesea, combaterea răului din trecut sau revendicarea statutului de victimă a acestuia poate deveni pretext de a reclama satisfacţii punctuale, o linie de credit inepuizabilă, chiar privilegii. Obţinerea statutului de individ sau grup defavorizat, ca mijloc de a pretinde privilegii morale sau politice durabile! Reparaţia morală sau materială este o datorie sau un prilej de a o materializa în beneficii, chiar şi simbolice?

Soluţia lui Todorov este următoarea: rememorarea trecutului are rolul de a alerta asupra situaţiilor noi şi cu toate

Scanned with OKEN Scanner



acestea analoage, nu scopul de a cere reparaţii, sub orice formă ar fi acestea. Şi exemplifică: memoria celui de-al doilea război mondial, în Europa, întreţinută prin nenumărate comemorări, publicaţii, emisiuni radio şi de televiziune, repetarea ritmată a formulei „să nu uităm" n-are nici o incidenţă asupra proceselor de purificare etnică, a torturilor şi execuţiilor masive ce se produc acum, în Europa*. **În loc să rămînem prizonierii trecutului**, îndeamnă el, **să ne punem la dispoziţia prezentului**; memorarea şi uitarea în serviciul justiţiei – iată ieşirea din impas.

Punerea în chestiune a abuzului de memorie, provocată de Todorov prin această intervenţie nonconformistă, a declanşat, în Franţa, o dezbatere arzătoare. Ea s-a prelungit şi reaprins după apariţia *Cărţii negre a comunismului*, un document înfiorător despre gulag şi despre o altă ideologie a exterminării, contemporană nazismului, trecută sub tăcere datorită pudorii unei părţi a intelectualităţii europene sau datorită complicităţii unor personaje ce joacă încă roluri importante în viaţa socială, culturală, politică din diferite ţări. Acest tip de rememorare este încă fragil şi fără impact asupra multor comunităţi, grupuri, fragmente de populaţie. Deşi Todorov trimite în cartea sa şi la gulag, el nu identifică un abuz de memorie, aplicat acestui fenomen. Aluziile sînt vagi, parcă neconvingătoare. Motivul? Memoria victimelor comunismului este încă fragilă. Insuficient recunoscută şi instituţionalizată, periferică, atingînd doar unele grupuri sociale, îndeosebi victime sau descendenţi. Ea nu a fost asumată de toate forţele sociale, indiferent de opţiunea lor politică sau ideologică, de exemplu în cazul holocaustului. Explicaţia – după părerea noastră – este simplă. Evenimentele sînt încă recente, iar unii executori (sau beneficiari) ai acestor acţiuni de excludere, eliminare sau chiar nimicire trăiesc, joacă adesea roluri importante. Sînt directori de conştiinţă, ideologi, oameni politici, responsabili importanţi. Complicii lor şi descendenţii ajută la întreţinerea acestei conjuraţii a tăcerii sau marginalizării, utilizează instrumentele oferite de societăţile democratice pentru a impune aruncarea în derizoriu sau pentru a minimaliza fapte abominabile. Forţe importante se solidarizează într-o operă de uitare dirijată. Abuzul de uitare nu este deloc dificil de diagnosticat. Memoria sechelelor trecutului, în Europa de Est, nu a ajuns încă să devină abuzivă. Procesul este abia în curs de organizare. Numeroase rezistenţe îi blochează evoluţia. Dar ce este mai important este de ordin psihologic: nici victimele, nici opresorii lor nu găsesc necesar să rememoreze momentul comun în care au fost implicaţi. Din motive diferite, ambii simt nevoia să uite.

Istoricul englez Timothy Garton Asch, într-un studiu publicat anul trecut în *New York Review of Books* şi reluat de *Esprit* în numărul său din octombrie 1998, identifică patru întrebări fundamentale privind gestionarea trecutului în ţările din Europa de Est: a) este necesară evocarea şi examinarea trecutului dureros sau este mai profitabilă strategia ignorării acestuia şi privirii spre viitor?; b) cînd trebuie să ne aducem aminte?; c) cine trebuie s-o facă?; d) cum?

---

* Cînd a scris aceste rînduri, în 1995, Todorov nu avea la dispoziţie exemplul ultimelor evenimente din Iugoslavia.

Scanned with OKEN Scanner

Argumentele în vederea confruntării cu trecutul, scrie, sînt morale, psihologice şi politice. Imperativul moral: **memoria este datoare să curețe trecutul, să mîntuiască**. Cel psihologic: naţiunile, ca şi indivizii, au nevoie de un doliu purificator, încercarea de ştergere a amintirilor putînd avea efecte inverse. Politice: **amintirile împiedică repetarea răului; cei ce-şi uită trecutul sînt condamnaţi să-l repete**.

Strategiile uitării nu sînt noi şi au marcat multe finaluri de dictaturi. Cele mai recente: Republica franceză postbelică, a substituit mitul Franţei luptătoare cu cel al unităţii naţionale, impunînd ştergerea dureroasei amintiri a colaboraţionismului. Spania de după Franco a ignorat posibilitatea responsabilizării celor care au gestionat ţara sub dictatură, şi aceasta cu concursul lui Gonzales, premierul socialist. În Polonia postcomunistă, Mazowiecki a propus tragerea unei „linii groase" între trecut şi prezent. În toate ţările foste comuniste primii dispuşi să tragă această linie groasă şi să instituie iertarea în alb au fost chiar foştii disidenţi. Motivul? Schimbarea a fost negociată cu reprezentanţii mai permisivi ai fostelor regimuri comuniste. Adesea ei şi-au menţinut poziţiile, s-au infiltrat în rîndurile reprezentanţilor noii puteri. Mai puţin în Germania, care mai trăise o dată experienţa confruntării cu trecutul dificil.

Cînd este momentul confruntării cu trecutul? Din nou exemplul Germaniei. După război, în anii '50, sub Adenauer, Germania de Vest s-a reconstituit prin conjugarea amneziei trecutului nazist cu amnistia şi reconcilierea. Aşa s-a construit noua societate democratică germană. Cei ce invocă acest exemplu, în ţările Europei Centrale şi de Est, sînt adesea cei ce fabrică legi care amînă accesul la arhive. Argumentele sînt mai ales politice: o dezbatere autentică ar submina democraţia, în loc s-o întărească.

Poziţia de mai sus este respinsă de societatea civilă din aceste ţări. Şi nu fără temei: se pierd sau distrug intenţionat documente şi probe; martorii îşi rearanjează amintirile; marile orori s-au petrecut fără o consemnare scriptică, numai martorii care mai există pot rememora evenimentul. Aşa este cazul restituţiei realizate de Smaranda Vultur, intervievînd actorii deportărilor în Bărăgan din anii stalinismului. Un contraargument împotriva „uitării" este şi **dreptul moral al victimelor de a-i cunoaşte pe cei ce i-au făcut să sufere**, o reparaţie care nu poate fi refuzată nici unui individ supus pe nedrept torturilor psihologice sau fizice. Şi încă ceva: iniţiatorii epurărilor sau torţionarii, rămaşi nepedepsiţi, pot accede la responsabilităţi în noile regimuri democratice, compromiţîndu-le. Avem cîteva exemple edificatoare: compromisul tăcerii, din Franţa postbelică, a născut ceea ce istoricul Henri Rousso a denumit „sindromul Vichy", o maladie care a atins întreaga clasă politică franceză şi care a răbufnit, peste ani, cu prilejul dezvăluirii trecutului deloc curat al socialistului François Mitterand. În Germania, păstrarea deliberată a tăcerii din anii '50 asupra crimelor şi ororilor naziste a trezit mai tîrziu reacţii violente, crize, contestaţii din partea noilor generaţii. Se pare că trecerea rapidă şi eficientă la examinarea efectelor comunismului, în Germania de Est, a rezultat şi din experienţa preţului ce a trebuit plătit mai tîrziu de temporizarea tratării trecutului nazist. Aceste cîteva exem-

Scanned with OKEN Scanner

ple ne dovedesc că, după o experienţă traumatizantă, se formează totdeauna un furuncul. Cu cît mai tîrziu este deschis, cu atît mai dureroase sînt consecinţele.

La întrebarea: **„cine are dreptul să judece trecutul?“**, răspunsul nu este deloc simplu. Dacă, în America Latină, torţionarii şi victimele erau grupuri bine delimitate, în fostele ţări comuniste întîlnim, după perioada dură, stalinistă un alt tip de represiune, ce ar putea fi denumită difuză. Un aparat de control numeros exercita o presiune mai puţin violentă asupra unei părţi importante, însă, din populaţie. Instrumentele presiunii erau foarte diverse, adesea conjugîndu-se: ancheta poliţienească, supravegherea, controlul vieţii profesionale şi private. Adesea controlorii erau ei înşişi supravegheaţi. Numeroase legături şi complicităţi, sub forma unor schimburi de informaţii ce legau între ele cele două tabere. (S. Asch explică acest control al întregii societăţi prin „milioane de legături minuscule, liliputane, de minciună, de conformism, de compromis cotidian“.) Nu se putea trage deci „linie de demarcaţie“ între „ei“ şi „noi“. Fiecare dintre noi, crede Havel sau Michnik, au încorporat ceva din ei, nimeni nu este simplă victimă, ci – într-o oarecare măsură – coresponsabil. Desigur, în afara celor care s-au afirmat explicit ca responsabili de eliminări fizice, torturi, epurări, terori psihologice. Poziţia aceasta conţine însă şi un efect pervers: după afirmaţia „toţi au fost vinovaţi pentru că au consimţit“ se ascund adesea cei care, deşi au avut poziţii explicite de controlori ai celorlalţi, de colaboratori conştienţi, nu pot fi dovediţi ca torţionari sau criminali.

Cum ar putea fi izolaţi cei care au ocupat poziţii importante în regimurile totalitare, făcînd să sufere – nu importă în ce chip – pe cei controlaţi? Desigur, cei responsabili de atrocităţi pot fi – şi au fost, adesea – judecaţi şi condamnaţi. Sau excluşi din viaţa publică. Ce se întîmplă însă cu cei care au avut responsabilităţi mărunte sau mascate, necunoscute marelui public? Experienţa ne arată că ei sînt deosebit de abili în a se afirma ca militanţi ai democraţiei, au uneori competenţe reale, au relaţii şi recurg la complicităţi pentru a-şi disimula participarea. Sau cu cei care, în mod sincer, manifestă dorinţa de schimbare? Dar cu cei care, victime asupra cărora s-a exercitat o presiune insuportabilă, au acceptat să colaboreze? De aceste dileme profită tocmai responsabilii, iniţiatorii, executorii conştiincioşi, „înfocaţi“, cu un termen ce se vehicula în anii de început ai comunismului. Cum poate fi diagnosticată participarea lor, dovedit aportul lor la afirmarea regimului represiv?

Orice psiholog, chiar student în psihologie, ştie că sistemul psihic uman, personalitatea individului nu poate fi cercetată sau/şi măsurată direct, ci doar prin actele, comportamentele, atitudinile consistente şi repetate ale acesteia. Cu cît exprimă o opinie, o convingere mai des şi mai explicit, cu atît se consideră ca aparţinînd acestei poziţii. Cu alte cuvinte, măsura în care o persoană „militează“, explicit şi repetat, pentru abolirea trecutului, uitarea responsabilităţilor, ştergerea faptelor neconvenabile, poate fi un indicator al implicării sale, al dorinţei de a ascunde ceva greu de mărturisit. Abuzul de uitare funcţionează după un mecanism – social, psihologic – care nu se poate sustrage legilor funcţionării psihicului uman. Omul nu este ceea ce crede despre sine sau ceea ce spune că va face, ci ceea ce face, acum şi aici. ■

Prof. dr. Adrian NECULAU,
Universitatea „Al.I. Cuza“ – Iaşi

Scanned with OKEN Scanner

Cunoaşterea interpersonală este afectată de o multitudine de factori ce derivă din faptul că atît subiectul cunoaşterii, cît şi obiectul acesteia sînt dotaţi cu o „zestre" psihologică şi cu care fiecare intră în interacţiune. Similaritatea presupusă, familiarizarea subiectului cu obiectul, transparenţa şi permisivitatea la cunoaştere pot da naştere unui mare număr de erori de cunoaştere interpersonală. Apoi, necesitatea oamenilor de a controla cognitiv ambianţa lor îi face să emită foarte rapid aprecieri asupra persoanelor cu care interacţionează.

O serie de cercetări consideră că 90% din informaţiile despre celălalt – şi pe baza cărora ne formăm opiniile despre el – sînt culese în primele 90 de secunde de interacţiune cu acesta (regula 90-90).

Un factor important în cunoaşterea interpersonală îl constituie şi gradul nostru de interes şi de disponibilitate faţă de ceilalţi, factor pe care încearcă să-l măsoare şi testul pe care vi-l prezentăm.

Alegeţi una din variantele de răspuns în conformitate cu propriile opinii/criterii sau, pur şi simplu, cea care vă place mai mult.

Test de disponibilitate socială

1. Un om văzut din faţă lîngă un altul văzut din spate vă sugerează/credeţi că este:

❑ a) un frizer;
❑ b) un sculptor;
❑ c) un trecător care ajută un rănit.

2. Un om în picioare lîngă o instalaţie într-o uzină, într-un atelier:

❑ a) studiază condiţiile în care va trebui să lucreze muncitorul;
❑ b) descrie unui grup de elevi/studenţi caracteristicile instalaţiei;
❑ c) este muncitorul care supraveghează funcţionarea instalaţiei.

3. Un om în halat stă aplecat asupra a ceva/cuiva:

❑ a) este un chimist care studiază nişte substanţe;
❑ b) este un medic la patul bolnavului;
❑ c) este un vînzător într-un magazin de ţesături.

4. În prim plan apar cîteva persoane mai în vîrstă, iar în planul îndepărtat un grup ceva mai mare format din tineri care stau în picioare pe un fel de podium:

❑ a) între persoanele mai în vîrstă se află organizatorii concursurilor sportive la care vor participa tinerii;
❑ b) tinerii respectivi discută între ei cum să organizeze banchetul sfîrşitului de an universitar;
❑ c) între persoanele mai în vîrstă se află un inginer care studiază construirea unui pod peste locul din apropiere.

5. Un om citeşte ziarul. Cel mai probabil s-a oprit la:

❑ a) pagina economică;

Scanned with OKEN Scanner

❑ b) pagina de unor;
❑ c) un articol despre exilaţi.

6. O persoană în prim plan, în faţa unui grup de tineri, este:
❑ a) organizatorul excursiei;
❑ b) responsabilul cu amenajarea sălii pentru banchet;
❑ c) preşedintele clubului care-i premiază pe membrii săi.

7. O femeie stă aplecată asupra unei mese pe care se află foi de hîrtie şi o carte. Este vorba despre:
❑ a) o creatoare de modă;
❑ b) o contabilă;
❑ c) o mamă care desenează ceva pentru copiii ei.

8. Două femei cu valiza coboară din tren. Ele:
❑ a) sînt în excursie;
❑ b) sînt de la serviciul de asitenţă socială a copiilor;
❑ c) merg la un client pentru o demonstraţie.

9. O femeie este uşor aplecată către o alta care îi întinde palma. Prima femeie:
❑ a) este o bijutieră care îi încearcă un inel clientei;
❑ b) este o fizioterapeută care tratează o mică luxaţie;
❑ c) este o ghicitoare în palmă.

10. Un om cu faţa deschisă şi surîzătoare este, cel mai probabil:
❑ a) un om al progresului, cu idei sociale avansate;
❑ b) un optimist;
❑ c) un sportiv.

Cotarea răspunsurilor

	a	b	c
1	6	5	6
2	6	1	2
3	3	6	1
4	6	2	3
5	3	2	6
6	4	6	1
7	3	2	6
8	3	6	1
9	1	6	3
10	6	1	3

Interpretarea rezultatelor

Dacă aţi obţinut:

● **Între 18 şi 28 de puncte.** Sînteţi interesat de alţii doar în scopuri practice şi pentru a obţine avantaje concrete (de exemplu, economice). Cu alte cuvinte, nu consideraţi că o relaţie interpersonală vă poate aduce şi satisfacţii psihologice. În consecinţă, nu vă interesează să prezentaţi şi altora ideile dumneavoastră, indiferent de natura lor. S-ar putea ca pe termen scurt, eventual mediu, să obţineţi ceea ce doriţi, să reuşiţi să-i „exploataţi" pe ceilalţi în folosul dumneavoastră, dar, pe termen

Scanned with OKEN Scanner

lung, în mod sigur vă veţi pierde prietenii – dacă îi aveţi! – şi veţi fi un însingurat. Iar cînd veţi avea nevoie de ajutorul cuiva, acesta vă va refuza sau vă va trata în maniera care vă este acum caracteristică dumneavoastră.

● **Între 29 şi 45 de puncte.** Nu sînteţi închis în dumneavoastră şi nici egoist, dar nici preocupat excesiv de alte persoane. De asemenea, nu renunţaţi la interesele personale (materiale, culturale) pentru a vă ocupa de alţii. Consideraţi că fiecare trebuie să fie în măsură să-şi poarte singur de grijă, iar comportamentul prosocial trebuie să fie caracteristic celor care au atribuţii şi responsabilităţi în aces sens, fie ele instituţionalizate sau nu (părinţi, educatori, asistenţi sociali etc.). Ştiţi să relaţionaţi cu ceilalţi, dar modular şi episodic şi fără a vă implica prea mult.

Parţial aveţi dreptate, dar nu uitaţi că unii pot avea nevoie de ajutor sau pur şi simplu vor să interacţioneze cu dumneavoastră şi atunci cînd nu sînteţi dispus pentru aceasta. După cum unele din interesele pe care le aveţi pot fi mai bine satisfăcute prin interacţiune şi cooperare interpersonală. Oricum, premise şi disponibilităţi aveţi. Succes!

● **Între 46 şi 60 de puncte.** Aveţi disponibilităţi sociale maxime. Sînteţi preocupat de soarta celor din jur şi vă aflaţi într-un excelent raport social cu ei. Altruist, generos şi competent interpersonal, sînteţi un prieten de nădejde şi un adevărat psihoterapeut, chiar dacă nu vă propuneţi în mod explicit acest lucrū.

Şi chiar dacă unii încearcă să profite – a se vedea caracterizarea de mai sus (18-28 de puncte) – sînteţi conştient de acest fapt şi lăsaţi totul de la dumneavoastră. Oricum, puţină atenţie nu strică! ■

Traducere şi adaptare:
Jeni SÎNTION, Filaret SÎNTION

Abonament la revista Psihologia pe anul 1999 se poate face direct la redacţie. Costul abonamentului este de 13 000 lei pe 6 luni şi de 26 000 lei pe un an.
În aceste sume sînt incluse şi taxele pentru expedierea prin poştă.
Banii vor fi trimişi prin mandat poştal în contul
SC ŞTIINŢĂ & TEHNICĂ SA,
40 34 01 Banca Agricolă SA, SMB.
Pe cotorul mandatului poştal menţionaţi numele şi adresa exactă (scrise citeţ) la care doriţi să primiţi abonamentul.
Majorarea preţului revistei survenită pe parcursul anului nu afectează abonamentele făcute la începutul acestuia.

Scanned with OKEN Scanner

Testul Szondi – un joc „de-a alegerea" în familie

Una dintre metodele proiective mai puţin cunoscute şi utilizate este aşa-numitul **„test al pulsiunilor"**, elaborat de endocrinologul şi psihiatrul maghiar de origine ebraică Leopold Szondi (1895-1986). Scopul acestui test psihologic a fost, iniţial, de a proba experimental teoria genelor pulsionale, pe care autorul a emis-o încercînd să sintetizeze, într-o manieră originală, datele din genetică, psihanaliză şi psihopatologie existente la acea vreme. El afirmă că omul posedă de la naştere un echipament genetic pulsional pe care îl actualizează în decursul vieţii sale printr-o suită de alegeri existenţiale care îi marchează şi îi construiesc destinul.

Aceste alegeri se referă la opţiunile conştiente şi inconştiente pe care individul le face în principalele domenii ale vieţii: iubire, prietenie, boală şi moarte. Aşadar, destinul individului este cumva „determinat" de un stoc de gene ancestrale, transmise prin arborele său genealogic de ascendenţa familială. Szondi a observat, de exemplu, anumite similitudini „destinologice" pe care membrii aceleiaşi familii le manifestă plecînd de la acest echipament genetic comun, care circumscrie ceea ce el denumeşte „inconştientul familial": mai mulţi membri ai aceleiaşi familii care suferă sau au suferit de o anumită boală mintală, sau care îşi aleg profesii similare cu cele ale ascendenţilor lor, sau care manifestă un acelaşi tip de relaţie erotică, sau care, pe ansamblu, sînt ghidaţi spre destine similare ori simetrice cu cele ale strămoşilor lor.

Toate acestea îl fac pe Szondi să descrie inconştientul familial ca pe o entitate situată între inconştientul personal, postulat de Freud, şi cel colectiv, analizat de Jung, entitate aflată de altfel într-un raport dinamic inevitabil cu celelalte două: inconştientul colectiv, care aparţine speciei umane în general, se particularizează luînd o anumită direcţie pe linia unui arbore genealogic (ne aducem aminte că Jung, printr-o „incursiune arheologică" în istoria propriei sale familii, descoperea în el însuşi ceva din sîngele lui Goethe), în tip ce inconştientul personal este, la rîndul lui, alimentat de predispoziţiile latente aflate în inconştientul familial (după cum se ştie, Freud însuşi acorda mai multă importanţă factorului ereditar în etiologia nevrozelor decît se acordă astăzi în psihanaliză).

Reîntrocîndu-ne la test, acesta este alcătuit din 48 de fotografii reprezentînd figurile unor bolnavi mintal şi psihopaţi. Aceştia reprezintă 8 categorii nozografice din psihiatrie: homosexuali, sadici, epileptici, isterici, schizofrenici catatonici, schizofrenici paranoizi, depresivi şi maniacali. Fiecare tulburare mintală este reprezentată în test de cîte 6 fotografii. I se cere subiectului să aleagă dintre acestea pe cele mai simpatice şi pe cele mai antipatice. Direcţia şi intensitatea (exprimate prin numărul de alegeri ale unui anumit tip de tulburare mintală) cu care subiectul reacţionează la aceste fotografii repre-

Scanned with OKEN Scanner

zintă un indice al modului în care el reacţionează la ceea ce exprimă acele fotografii şi care există ca tendinţă în propria personalitate. De exemplu, dacă subiectul alege ca simpatice fotografiile de homosexuali, el îşi acceptă propria dorinţă de tandreţe exprimată de figurile de efeb, imature şi copilăroase ale acestora. În schimb, dacă le va alege ca fiind antipatice, se presupune că dorinţa de tandreţe este activă, dar subiectul refuză s-o recunoască, adoptînd o poziţie critică faţă de ea.

Aşadar, testul constă în a forţa subiectul să reproducă „in vitro" alegerile pe care acesta le face în viaţa sa reală şi de a-l obliga astfel să se dezvăluie, fără a fi conştient, prin aceste alegeri.

Întrebarea cea mai spinoasă pe care testul Szondi o ridică este însă cea referitoare la validitatea lui. Cum este posibil ca plecînd de la reacţiile în faţa fotografiilor unor bolnavi mintal să putem caracteriza personalitatea unui individ? Szondi presupune, pe linia deschisă de psihanaliză, că între boala mintală şi sănătate nu este o diferenţă structurală, ci una de grad, de intensitate. El afirmă că fiecare individ „posedă" în echipamentul său genetic tendinţele exprimate de cele 8 tulburări mintale, dar care se manifestă, în mod normal, prin conduite adaptate şi adaptative. Numai atunci cînd fondul genetic este prea încărcat sau cînd apar blocaje în dezvoltarea subiectului apar şi tulburări manifeste de conduită (comportament antisocial, diverse tulburări mintale). De exemplu, componenta S, reflectată în test prin fotografiile de sadici, se referă la tendinţa universală a omului de a fi activ şi dinamic în relaţia cu mediul. Dacă această trebuinţă este tulburată sau amplificată din diverse motive, care ţin de istoria familiei sau a individului, de abia atunci pot apărea conduite exagerate şi maladive (activismul se transformă în sadism, dinamismul în agitaţie). Deci, este vorba de un continuum între patologic (anormal) şi sănătos (normal); între cei doi poli nu se pot trasa graniţe fixe. Diferenţele interindividuale rezidă, aşadar, în dozarea specifică a unei anumite (sau a mai multor) direcţii pulsionale, pulsiuni care există virtual în toţi indivizii.

Alegînd aceste fotografii, subiectul reacţionează la tendinţele active existente în propria sa personalitate. De fapt, el ia poziţie faţă de propriile sale potenţialităţi genice transmise prin intermediul inconştientului său familial şi pe care este nevoit să le pună în act în decursul existenţei sale. Aşadar, aceste fotografii înfăţişează o galerie şocantă de portrete familiale, prin a căror selecţie subiectul se instituie ca subiect şi se înscrie ca descendent al strămoşilor săi: este un joc „de-a alegerea" în familie, joc de la care subiectul nu se poate sustrage, fiind în mod fatal condamnat la libertatea de a-l juca.

După cum spunea Jacques Schotte, unul din marii teoreticieni contemporani ai lui Szondi, a fost destinul autorului teoriei destinului de a fi „cel mai mare dintre autorii necunoscuţi şi cel mai necunoscut dintre marii autori". Revine noilor generaţii sarcina de a-l recupera, de a-l instala pe locul care i se cuvine în elita gînditorilor acestui secol şi, de ce nu, de a-l rescrie pe marele maestru, într-un joc care determină şi uneşte destinele celor ce alcătuiesc „marea familie a szondiştilor". ■

Psiholog Nicolae DUMITRAŞCU,
preparator, Univ. „Titu Maiorescu"
Bucureşti

Scanned with OKEN Scanner

PSIHOGENEALOGIA: STRĂBUNICII SE AMESTECĂ ÎN VIAȚA NOASTRĂ

Boli, naştere, accidente sau căsătorii vin să comemoreze, fără ştirea celor interesaţi, evenimente importante care au avut loc cu mai multe generaţii înainte. Este „sindromul aniversării", descris de celebra terapeută Anne Ancelin Schützenberger.

Ce este psihogenealogia?

„Vedeţi această pată brună de pe mîna mea? E o arsură cu tinctură de iod pe care bunica mea mi-a făcut-o cînd aveam cinci ani." Şi A.A. Schützenberger continuă: „Ea avea acelaşi semn, iar fetiţei mele i-a apărut exact în acelaşi loc, la aceeaşi vîrstă."

Pentru această mare specialistă în psihodramă, domeniu ce i-a adus reputaţie internaţională, „legături subtile, invizibile ne apropie de strămoşii noştri. Ei sfidează concepţiile noastre despre timp şi materie".

Totul a început în ziua cînd fiica sa i-a spus: „Îţi dai seama, mamă, că eşti primul născut dintre cei doi copii, al doilea e mort; tata e primul născut dintre doi copii, al doilea fiind mort; eu sînt primul născut dintre doi copii, cel de-al doilea fiind mort." A fost un şoc! Anne Ancelin Schützenberger a căutat atunci să-şi amintească evenimentele ce au marcat familia sa şi notează alte situaţii de morţi identice: fetiţa sa este „orfană ereditar", ca şi mama sa şi bunicul său. Ea continuă cercetările genealogice şi îşi regăseşte rădăcinile în Normandia, aproape în acelaşi loc unde, din „întîmplare", părinţii ginerelui au cumpărat o casă. În final, ea a descoperit că la sfîrşitul secolului familia soacrei sale purta chiar acelaşi nume ca al ei. Pură întîmplare? Această acumulare de coincidenţe o determină să cerceteze ceea ce ea a numit psihogenealogie, iar rezultatele le-a expus în a doua ediţie a lucrării **Străbunicii mei,** revăzută şi adăugită, şi în care prezintă noi cazuri, exemple de traumatisme transgeneraţionale, observaţii asupra incestelor, noi ipoteze în transmiterea memoriei inconştiente, cu un arbore genealogic care să o completeze. Deja de cîţiva ani, folosind **metoda Simonton** asupra bolnavilor atinşi de cancer terminal, ea a căutat în istoria lor familială dacă nu există

Scanned with OKEN Scanner

„repetiţii“ şi o „identificare inconştientă“ cu o persoană iubită şi importantă. Anne Ancelin Schützenberger a constatat că adesea cancerul se declanşează exact la aceeaşi vîrstă la care o mamă, un bunic, o mătuşă mureau de cancer sau într-un accident. A început atunci o muncă asiduă de observare, creînd **genosociograma**, extensia genogramei pusă la punct de diverşi terapeuţi după reflecţiile lui J.L. Moreno (creatorul psihodramei, al sociogramei şi al conceptului de „atomul social“) pe legături familiale complexe: este un arbore genealogic cu fapte marcante pe mai multe generaţii, evenimente de viaţă importante şi o punere în evidenţă grafică a legăturilor afective. „Eu am dezvoltat-o, stabilind un chestionar care permite punctarea coincidenţelor datelor şi vîrstelor la diverşi membri ai familiei, am făcut o hartă sincronică de evenimente familiale“. Iată un caz tragic, cel al lui Brandon Lee: în 1993 el moare în urma unei hemoragii interne în timpul turnării filmului „Corbul“ pentru că pistolul din platoul de filmare trebuia să conţină un glonte orb. Cu douăzeci de ani înainte, Bruce Lee (tatăl lui Brandon) murise în timpul turnării filmului „Jocul mortului“, ca urmare a unei hemoragii cerebrale. În scenariu, personajul era omorît de o împuşcătură dintr-un revolver cu gloanţe oarbe. Iată o „repetiţie“ sau, mai exact, o „loialitate familială transgenerațională“, probabil datorată unei identificări duse la extrem a lui Brandon cu tatăl său. Desigur, ea este simplă şi se derulează pe o perioadă scurtă. Dar Anne Ancelin Schützenberger a putut observa boli, morţi sau accidente pe trei, cinci sau opt generaţii: „coincidenţe“ care se repetă uneori de mai bine de două sute de ani! „Atunci am sfîrşit prin a gîndi că noi traversăm o perioadă de fragilă inconştienţă în aşteptarea vîrstei cînd fiecare din familia noastră a suferit un accident. Este ceea ce se numeşte **sindromul aniversării“**. Pentru că uneori o naştere intervine ca şi cum ar aminti de un eveniment familial trist sau vesel. De altfel, numeroşi copii „par a fi născuţi“ pentru a marca aniversarea – naşterea sau moartea unui strămoş –, ca şi cum ar fi o complicitate între inconştientul mamei şi preconştientul copilului la naştere, deoarece aceste date de naştere devin semnificative.

Alt fenomen deja bine cunoscut de psiholog: **„copilul substituit“** sau „copilul reparator“, conceput inconştient pentru a înlocui un alt copil mort la naştere sau la o vîrstă foarte fragedă. În general, el poartă numele predecesorului său şi se naşte în ziua în care a murit acesta. Este exact cazul lui Vincent van Gogh: el este născut pe 30 martie 1853, la un an după dispariţia fratelui său mai mare, al cărui prenume l-a moştenit. Se ştie, pictorul a avut o viaţă tragică: este ca şi cum i-ar fi fost interzis să existe. În schimb, un alt pictor a putut „să se desfacă“ de asemenea greutăţi: Salvador Dali. Adevăratul Salvador era fratele său mai mare, la mormîntul căruia mama sa mergea de două ori pe săptămînă ca să-l plîngă. Pictorul a povestit că s-a delimitat de acel Salvador, „un mic înger mort şi îngropat“, ducînd viaţa care se cunoaşte. Dar aici s-a produs un fenomen încă mai curios: Dali a pictat de 64 de ori, după metoda sa, celebrul tablou „Angelus“ al pictorului francez Jean François de Millet (1814-1875): acest tablou reprezintă un cuplu de

Scanned with OKEN Scanner

ţărani, cu mîinile împreunate, cu capetele plecate, care se roagă pe un cîmp deasupra unui coş cu cartofi. Mulţi s-au întrebat pentru ce aceşti oameni se concentrează asupra recoltei lor şi pentru ce Dali era aşa de mult atras de acel tablou. Cîţiva ani mai tîrziu, tabloul a fost examinat cu raze X şi sub coş s-a descoperit sicriul unui copil.

Construind minuţios arborele genealogic al mai multor familii, Anne Ancelin Schützenberger a putut descoperi un număr sigur de structuri ereditare cu repetiţii. Ceea ce pare ereditar, (de exemplu, numărul copiilor, diferenţa de vîrstă, numărul căsătoriilor, numărul naşterilor spontane, anormale şi al avorturilor), nu este hazard. Există întotdeauna un eveniment declanşator. Totul se petrece ca şi cum ar exista o regulă nescrisă pe care fiecare o urmează întocmai.

Cum poate explica ştiinţa aceste şiruri de coincidenţe care, conform logicii raţionaliste, nu sînt hazarduri? Este vorba de sincronicitate, aşa cum a definit-o Jung. Dar în stadiul actual de cunoaştere este dificil, chiar imposibil, de explicat în manieră raţională acest „gen de fenomene". Psihologul poate să explice această translare dinspre inconştient spre conştient. Devenirea sinelui este un proces ce se realizează într-o perioadă de peste trei sau cinci generaţii, trimiţînd la inconştient. Deja în **Totem şi tabu** Freud vorbea de „suflet colectiv". Totuşi, Jung vine cu noţiunea de „inconştient colectiv", cu ajutorul căreia putem înţelege mai precis cauza acestor coincidenţe. În sfîrşit, creatorul psihologiei analitice diviza inconştientul oricărei fiinţe în două: personal şi colectiv. Inconştientul personal este calificat drept psihism subiectiv, care este produs de experienţele proprii ale fiecăruia dintre noi. Cît priveşte inconştientul colectiv, acesta este construit plecînd de la sedimente constituite de experienţa ancestrală acumulată în milioane de ani. Mai mult, J.L. Moreno a aşezat postulatul „co-conştient" şi „co-inconştient" familial şi grupal, în timp ce François Dolto a pus problema transmiterii transgeneraţionale a conflictelor nerezolvate, a secretelor de familie. După cum se vede, mai multe teorii sau şcoli au încercat să explice psihogenealogia, dar nici una nu reuşeşte s-o explice în totalitate.

Desigur, vorbind de secrete de familie, evocă alt aspect al cercetării în domeniul genealogiei. Se poate uneori să ai impresia „existenţei" în sine a unui secret care se referă la rude, precum fantomele care nu pot să se exprime altfel decît printr-o neliniştе difuză pe care o transmit.

„Studiind scenariul sagăi familiale, se poate găsi originea acelui secret şi a neliniştii care-l însoţeşte, precizează Anne Ancelin Schützenberger. Desigur, a pune pe hîrtie toate aceste relaţii familiale sincrone, traumatismele trecute

Anne Ancelin Schützenberger conduce de peste 20 de ani Laboratorul de Psihologie Socială şi Clinică de la Universitatea din Nice, Franţa, unde este profesor emerit. Ea a ţinut o conferinţă despre psihogenealogie la Cel de-al 13-lea Congres Internaţional de Psihoterapie de Grup (Londra, august 1998).

Scanned with OKEN Scanner

și secretele nu este suficient pentru o schimbare radicală, dar este un prim pas, deoarece se studiază aceste legături subtile, se dă un sens altor evenimente. Contextul se transformă, o altă formă derivă din fond. Se debarasează de greutatea trecutului, viața se schimbă. Acesta este „debutul vindecării".

Cui se adresează psihogenealogia?

Tuturor acelora care se interesează de istoria lor familială sau celor care au probleme legate de familia lor, chiar dacă acest lucru nu trebuie confundat cu un demers genealogic. El implică, de fapt, un demers terapeutic, fără să fie vorba de o terapie familială propriu-zisă. Anne Ancelin Schützenberger primește pentru psihoterapie persoane cu anomalii psihosomatice inexplicabile. Ele au coșmaruri repetate, au problemele profesionale sau eșuează în mod inexplicabil la examene, ca acest tînăr venit la consultație. Studiindu-i genosociograma, ea a descoperit că în 100 de ani, 14 verișori eșuaseră la examenul de bacalaureat, iar un străbunic era trimis acasă în ajunul bacalaureatului pentru că a lăsat o bonă însărcinată; el poartă povara acestui păcat original sub forma succesiunii eșecurilor.

Psihoterapia se face în grup, sub forma unui studiu de grup: se învață să se alcătuiască genosociograma, să caute elemente marcante, să facă o anchetă genealogică (a interoga anturajul, a consulta arhivele primăriilor). Apoi, fiecare element este studiat separat, uneori este „jucat" conform psihodramei (de exemplu, este jucată moartea bunicului căruia nu i s-a spus la revedere sau a străbunicului omorît în timpul războiului).

Care sînt beneficiile unui asemenea studiu?

Ele depind, bineînțeles, de fiecare caz. Ca regulă generală, cînd se analizează „psihoistoria" pacientului, cercul infernal al repetițiilor, lanțul evenimentelor familiale nefericite se rupe. În Canada, dr. Ghislain Devroede, chirurg la spitalul din Sherbrooke, face studii conform metodei Annei Ancelin Schützenberger pentru a nu programa operația în ziua „aniversării familiale" (a morții unui strămoș, a unui accident).

Genosociograma permite punerea în evidență a legăturilor semnificative și a repetițiilor de fapte marcante din istoria unei familii. ■

Virginia ALEXANDRU,
studentă, Universitatea București

Coincidențe bizare

Micuța Emily Beard s-a născut la ora 12 și 12 minute în ziua a douăsprezecea a celei de-a douăsprezecea luni a anului 1997. Tatăl ei n-a fost deloc surprins: și el se născuse la ora 4 și 4 minute p.m. în ziua a patra din a patra lună a anului, iar mama micuței Emily este născută în ziua a zecea din luna a zecea. Bunica lui Emily din partea mamei s-a născut în a unsprezecea zi din a unsprezecea lună a anului.

Scanned with OKEN Scanner

Literele numelui dumneavoastră dezvăluie multe...

„Fiecare literă a numelui nostru are un sens ascuns, care ne dezvăluie adevărata personalitate", informează revista *Magazine psycho* din aprilie 1999. Deşi concluziile amintitei reviste nu au caracter ştiinţific, le prezentăm ca... amuzament!

A

„Forţa": „A" este sinonimul independenţei şi al unei minţi rapide. Faceţi parte din rîndul conducătorilor, dar trebuie să vă concentraţi asupra scopurilor dv. Sînteţi generos şi sensiblil. Aveţi multă imaginaţie, dar trebuie să învăţaţi să o folosiţi. Uneori deveniţi ironic, chiar sarcastic.

Mai mulţi „A" în numele şi prenumele dv.: iubiţi aventura şi mergeţi întotdeauna pînă la capăt. Dar acţiunile dv. nu vor da roade decît dacă vă veţi afla în mijlocul unor persoane competente.

B

„Apa şi emoţiile": „B" caută confort şi stabilitate. Timid, rezervat, vă alegeţi prieteni exuberanţi care vă aduc bucuria de a trăi. Din punct de vedere social, veţi avea succes, dar pentru a reuşi trebuie să vă implicaţi cu trup şi suflet.

Mai mulţi „B" în numele şi prenumele dv.: vă adaptaţi uşor şi aveţi spirit de iniţiativă. Vă place luxul. Sînteţi foarte emotiv; în dragoste, trebuie să primiţi asigurări de fidelitate de la partener.

C

„Focul şi creaţia": foarte inspirat, vă simţiţi în largul dv. în societate. O voce plăcută, o dicţie perfectă, aveţi mult farmec, deşi uneori încercaţi să-i manipulaţi pe cei din jur. Avînd un suflet de artist, vă plac muzica şi pictura.

Mai mulţi „C" în numele şi prenumele dv.: frumos, echilibrat, independent, aveţi o viaţă socială intensă. Sînteţi mai mult, „greiere" decît „furnică", vă place să cheltuiţi banii.

D

„Datoria": se poate conta pe dv. Ştiţi să folosiţi cum trebuie posibililităţile care vi se oferă. Stabilitatea contează foarte mult pentru echilibrul dv. interior şi ea reprezintă cheia succesului pentru dv. Ştiţi să fiţi dur, să puneţi piciorul în prag, dacă este nevoie.

Mai mulţi „D" în numele şi prenumele dv.: sceptic, încăpăţînat, tenace în dragoste, nu prea reuşiţi să vă exprimaţi sentimentele. Vă place singurătatea. Cinstit, imparţial, munca nu vă sperie. Aveţi un înalt simţ al valorilor.

E

„Aerul şi cunoaşterea celorlalţi": inteligent, amabil, iubiţi aventura şi uneori vă lipseşte echilibrul. Vă faceţi uşor plăcut şi învăţăţi ce este viaţa din propriile dv. experienţe. Veţi avea succes în teatru şi literatură.

Scanned with OKEN Scanner

Mai mulţi „E“ în numele şi prenumele dv.: sînteţi capricios şi nestatornic. Uneori, acţionaţi greşit. Problemele financiare vă pot da mari bătăi de cap.

F

„Pămîntul şi responsabilitatea materială“: extrem de emotiv şi de retras, o rigiditate prea mare vă poate împiedica să vă bucuraţi de planuri de viitor interesante. Se poate conta pe dv. Vă este greu să alegeţi.

Mai mulţi „F“ în numele şi prenumele dv.: risc de tensiune şi zbucium sufletesc. Susceptibilitatea vă poate dăuna, dar cădeţi întotdeauna în picioare, căci faceţi parte dintre cei norocoşi.

G

„Apa şi emoţiile“: aveţi încredere în propriile dv. forţe şi dispuneţi de o mare forţă interioară. Ştiţi să fiţi rezervat şi căutaţi întotdeauna să analizaţi obiectiv lucrurile, uneori chiar despicaţi firul în patru. Pe de altă parte, vă complicaţi singur viaţa din cauza unor nimicuri, cauzîndu-vă stres şi nelinişte.

Mai mulţi „G“ în numele şi prenumele dv.: vă place să vă înconjuraţi de mister şi să nu se amestece nimeni în treburile dv. Mai degrabă singuratic în viaţa obişnuită, riscaţi să treceţi drept ursuz!

H

„Pămîntul şi materialul“: eficient, puternic, hotărît, ambiţios, vă pricepeţi la afaceri şi nu sînteţi niciodată în încurcătură. Pe plan emoţional, „H“ nu se gîndeşte decît la el, devenind uneori arogant.

Mai mulţi „H“ în numele şi prenumele dv.: ascultaţi mai mult vocea raţiunii şi nu pe cea a instinctelor. Vă plac sportul şi călătoriile. Sînteţi cinstit şi imparţial.

I

„Focul şi universalul“: vă impuneţi în societate, dar nu ştiţi să vă ascundeţi prea bine emoţiile. Sînteţi bun, generos, prietenos, sensibil; totuşi, nu e uşor ca cineva să trăiască cu dv., nici chiar membrii familiei dv.

Mai mulţi „I“ în numele şi prenumele dv.: dezordonat cu celelalte lucruri; nu vă prea sînteţi înţeles de ceilalţi. Puteţi fi extrem de violent; nu faceţi decît ce vă taie capul. „I“ atrage succesul material şi reuşita în viaţă.

J

„Focul şi inspiraţia“: aveţi calităţile unui conducător, ale unui organizator fără pereche, ceea ce presupune un plus de responsabilităţi, atît familiale, cît şi profesionale. Toate acestea vă permit să cîştigaţi experienţă, să dobîndiţi bunuri materiale şi cunoştinţe şi chiar o anumită notorietate.

Mai mulţi „J“ în numele şi prenumele dv.: toată viaţa veţi întîmpina suişuri şi coborîşuri, ca şi o anumită frustrare, deoarece nu sînteţi niciodată pe deplin satisfăcut.

K

„Aerul şi armonia universală“: vă place să-i ajutaţi pe cei din jur, dar nu pentru că sînteţi altruist, ci dintr-un sentiment de vinovăţie. Aveţi o intuiţie dezvoltată, dar puţină experienţă. Pasiunea de a comunica cu ceilalţi vă ajută să treceţi uşor prin viaţă.

Mai mulţi „K“ în numele şi prenumele dv.: vă adaptaţi uşor, aveţi fler şi talent. Atenţie la excese: vă pot împinge pe un drum fără întoarcere.

Scanned with OKEN Scanner

L

„Focul, expresia şi comunicarea“: această literă atrage veselia şi generează creativitatea. Viaţa dv. nu urmează un curs obişnuit. Sînteţi foarte practic şi cereţi mult de la ceilalţi. Talent şi receptivitate pe de o parte, greutatea de a alege, pe de altă parte.

Mai mulţi „L“ în numele şi prenumele dv.: bun familist, cu simţul umorului.

M

„Pămîntul şi disciplina“: vă place rutina de zi cu zi, deoarece vă oferă o anumită siguranţă. Le puteţi oferi multă atenţie şi căldură celor din jur, dar nu prea sînteţi expansiv şi păreţi mai dur decît sînteţi în realitate. Aveţi simţul responsabilităţii şi al organizării.

Mai mulţi „M“ în numele şi prenumele dv.: vă controlaţi agresivitatea. Sînteţi extrem de posesiv şi de protector cu cei apropiaţi, riscînd prin aceasta să-i îndepărtaţi.

N

„Aer şi înţelegere“: aveţi o inteligenţă vie şi o mare putere de adaptare. Sînteţi întotdeauna în căutarea unor noutăţi, sînteţi un bun negociator. Dar vă implicaţi emoţional şi este dificil să vă păstraţi calmul.

Mai mulţi „N“ în numele şi prenumele dv.: iubiţi viaţa. În pofida unei aparente superficialităţi, vă pasionează marile mistere ale lumii.

O

„Aer şi resemnare“: vă daţi întotdeauna seama că aţi fi putut realiza mai multe lucruri. În general, vă place viaţa de noapte, dar preferaţi drumurile sigure şi nu riscul. Pasiunea dv.: florile şi grădinăritul.

Mai mulţi „O“ în numele şi prenumele dv.: uneori sînteţi de-a dreptul exasperant! Dacă vă simţiţi în siguranţă, vă veţi găsi echilibrul. Atenţie! Nu vă legaţi la cap dacă nu vă doare!

P

„Apa şi voinţa“: intuitiv, autodidact, nu aţi învăţat ceea ce ştiţi de la şcoală, ci din proprie experienţă. Secretos, solitar, aveţi un curaj nebun şi anumite haruri psihice. Dar puteţi deveni sarcastic şi uneori irascibil. Minuţiozitatea şi spiritul de observaţie sînt atuurile dv.

Mai mulţi „P“ în numele şi prenumele dv.: trebuie să luptaţi ca să obţineţi ce vreţi, dar „P“ vă dă o tenacitate şi voinţă de fier.

Q

„Pămîntul natal“: „Q“ le oferă oamenilor o mare forţă interioară. Rapiditatea şi spiritul de acţiune vă depăşesc curajul. Vă plac întîmplările neobişnuite şi călătoriile. Chiar dacă păreţi o persoană care complică lucrurile, o faceţi pentru a lua locul salvatorului.

Mai mulţi „Q“ în numele şi prenumele dv.: duceţi lipsă de tact, dar spontaneitatea şi entuziasmul vă dau un şarm aparte. Iubiţi banii şi plăcerile pe care aceştia vi le pot oferi.

R

„Focul şi compasiunea pentru ceilalţi“: stăpîniţi bine arta de a comunica, inspiraţi încredere şi daţi dovadă de discernămînt. Spre sfîrşitul vieţii, s-ar putea să emigraţi într-o ţară străină.

Mai mulţi „R“ în numele şi prenumele dv.: extrem de sensibil, nu vă aruncaţi cu capul înainte. Iubiţi oamenii, iar sfaturile pe care le daţi celorlaţi sînt, în general, bune.

Scanned with OKEN Scanner

S

„Foc și energie spirituală": Acordați o mare importanță succesului social. Vă strecurați cu pricepere printre situații dificile. Deși aveți prietenii durabile, deseori sînteți victima trădării. Vă atrage moda.

Mai mulți „S" în numele și prenumele dv.: veți învinge întotdeauna, chiar dacă drumul este lung și plin de piedici.

T

„Apa și emoția spirituală": calmul de care dați dovadă vă permite să fiți un consilier excelent, un bun diplomat și un profesor deosebit. Întotdeauna gata să-i ajutați pe ceilalți, bunătatea este cea mai mare calitate a dv. Totuși, caracterul dv. capricios și scepticismul exagerat vă privează de înțelegerea celor din jur.

Mai mulți „T" în numele și prenumele dv.: talent și o mare capacitate de adaptare. Dar sensibilitatea exagerată generează numeroase momente de tensiune.

U

„Foc și energie": sînteți un om fericit, apreciat de cei care vă înconjoară, plin de spontaneitate și de entuziasm. Sînteți atras de muzică, pictură și literatură.

Mai mulți „U" în numele și prenumele dv.: vă place frumusețea sub toate aspectele sale. Aveți simțul umorului, dar trebuie să luptați împotriva îndoielilor și a superficialității.

V

„Apa și emoțiile puternice": veți reuși, în ciuda tuturor dificultăților. Natura dv. prietenoasă și independentă e apreciată de toți și vă puneți în aplicare ideile în viața de zi cu zi.

Mai mulți „V" în numele și prenumele dv.: sînteți un sceptic. Cum doriți să construiți și să o luați mereu de la capăt, este greu să găsiți un echilibru familial. Acordați mai mult timp odihnei.

W

„Aer și liniște sufletească": Sînteți solicitat, deoarece știți să dați sfaturi bune. Vă adaptați în orice condiții, dar alegeți întotdeauna calea cea mai grea sau o ieșire spectaculoasă.

Mai mulți „W" în numele și prenumele dv.: curiozitate și gust de aventură! Iubiți natura, deoarece vă dă un sentiment de libertate.

X

„Aer și comunitate": calitățile dv. artistice și intelectuale vă permit să reușiți în orice domeniu. Iubiți pacea și liniștea, cu toate că aveți un anturaj petrecăreț.

Mai mulți „X" în numele și prenumele dv.: sînteți confuz și aveți tendința de a vă lăsa antrenat în cele mai ciudate situații.

Y

„Apa, matrice cosmică": vedeți totul în negru sau în alb. Imaginație creatoare, putere de adaptare. Sînteți un bun negociator, foarte calm și împăciuitor.

Mai mulți „Y" în numele și prenumele dv.: tenacitate, mîndrie și o voință de fier. Nu vă propuneți lucruri imposibil de realizat.

Z

„Pămîntul și armonia": vă place să colecționați diverse obiecte. Aveți un bun simț al afacerilor. Dar orgoliul dv. exagerat vă poate juca feste.

Mai mulți „Z" în numele și prenumele dv.: nu vă sperie competiția, ci vă face mai puternic. Aveți o intuiție de temut! ■

Traducere și adaptare:
Mihaela ROCO

Scanned with OKEN Scanner

Personalitatea, grupa sanguină și comportamentul la volan

Cercetările psihologice au ajuns la concluzia că dintre diversele manifestări ale personalității cele mai semnificative aparțin temperamentului, ca latură energetică și afectivă a conduitei umane. Încă din antichitate au fost analizate caracteristicile temperamentale, elaborîndu-se clasificări fondate pe diverse teorii: hormonale (Hipocrat), organice, somatice, morfofiziologice etc. Se mențin încă cele patru tipologii binecunoscute: sanguin, coleric, flegmatic și melancolic.

Temperamentul combină trăsături de o mare diversitate, dar este întotdeauna marcat de o caracteristică dominantă, care determină reacțiile specifice ale persoanei la mediul ambiant. S-a demonstrat, de asemenea, și relația dintre grupele sanguine și incidența infarctului miocardic. Astfel, cei din grupa A, ambițioși și agresivi, fără momente prea dese de relaxare, sînt predispuși mai frecvent acestei boli, în timp ce persoanele care au grupa sanguină 0 sînt mai protejate.

S-au descifrat corelații între tipul constituțional și caracteristicile temperamentale, iar cercetările recente efectuate în străinătate, dar și de noi în Laboratorul de psihologie aplicată, semnalează raporturi de dependență între grupa sanguină și structura personalității.

Descoperirea, în anul 1901, a grupelor sanguine (A, B, 0 și AB) de către Karl Landsteiner, de Castello și Sturli a permis practicii medicale să efectueze transfuzia de sînge, să stabilească paternitatea și relațiile cu anumite boli, precum și investigații criminalistice. Statistica arată că frecvența grupelor sanguine la noi în țară este următoarea: grupa 0 (zero) – 32,68%; grupa A – 43,15%; grupa B – 16,50%; grupa AB – 7,65%. Transmiterea grupei sanguine este ereditară și nu se modifică pe durata întregii vieți. Grupele sanguine se dezvoltă precoce în viața embrionară și sînt bine reprezentate la nou născut.

Grupa 0 (zero). Cei ce au această grupă sanguină sînt oameni metodici, inteligenți și asociativi, remarcabil adaptați mediului ambiant și situațiilor neprevăzute din viață. Bunăvoința și mai ales firea lor deschisă și sinceră îi fac deosebit de atractivi. Sentimentali și buni, ei pot totuși să găsească un echilibru spontan între sentiment și rațiune. Subtili și flexibili în gîndire, știu să acționeze cu diplomație. Optimiști și toleranți, sînt sociabili și acordă spontan afecțiune. Exercită cu talent meseriile ce le permit contactul cu oamenii. Le place să lucreze în colectiv. Singurătatea îi indispune. Curiozitatea lor este mereu trează, îi interesează cele mai variate lucruri. Sînt întreprinzători și luptă pentru atingerea scopului, se

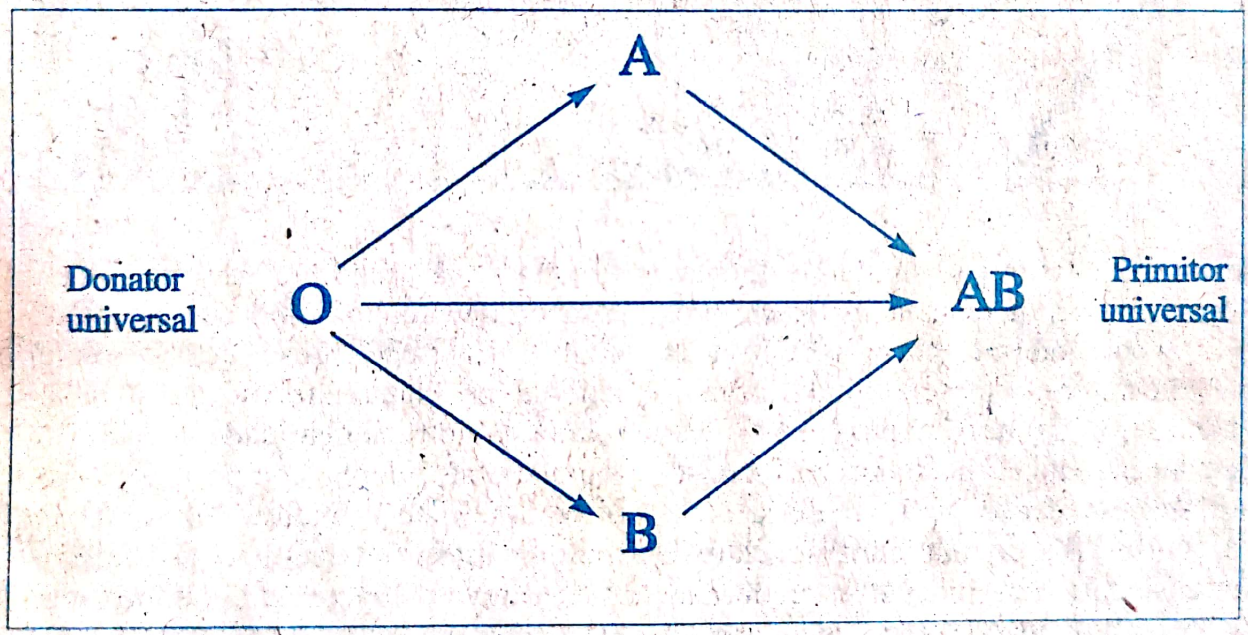
Scanned with OKEN Scanner

dăruiesc momentului prezent, uitînd de sine şi risipindu-se fără rezerve. Activitatea lor se prezintă uneori mai mult formal decît în profunzime. Emotivi şi sensibili, ei sînt, totuşi, prin capacitatea lor specială de adaptare, „descurcăreţi" şi realişti. Ştiu să cultive şi să întreţină relaţii cu oamenii care-i interesează. Un „0" doreşte şi face eforturi să-şi pună în valoare calităţile. Îi place să fie privit, ascultat şi admirat. Poate este prea sensibil la onoruri.

să nu-l bruscaţi, fiindcă, atunci cînd simte ostilitate, se închide în sine sau pleacă, neacceptînd compromisul. Hipersensibil, stăpînit de o timiditate mascată, el are nevoie să fie încurajat, sprijinit şi calmat.

Labile, inegale în comportament, persoanele cu grupa de sînge A trec prin faze succesive de afecţiune şi indiferenţă, bunăvoinţă şi aroganţă, dar şi excitabilitate dusă pînă la violenţă. Le place să-şi desfăşoare activitatea după ritmul propriu şi de aceea preferă

Schema compatibilităţii transfuzionale



Grupa A. Apartenenţa la grupa A implică dificultăţi de adaptare la împrejurări noi şi la persoane necunoscute. Interiorizaţi şi individualişti, indivizii din această grupă sînt circumspecţi în acordarea prieteniei şi nu fac eforturi ca să-şi atragă simpatia celor din jur. Deşi reţinut în sentimente, un „A", dacă este apropiat cu răbdare şi înţelegere, este capabil de afecţiune profundă pînă la pasiune. Atenţie însă: meserii care să le ofere oarecare independenţă. Ştiu să aprecieze frumosul, le place natura. Variaţia peisagistică îi încîntă şi îi relaxează.

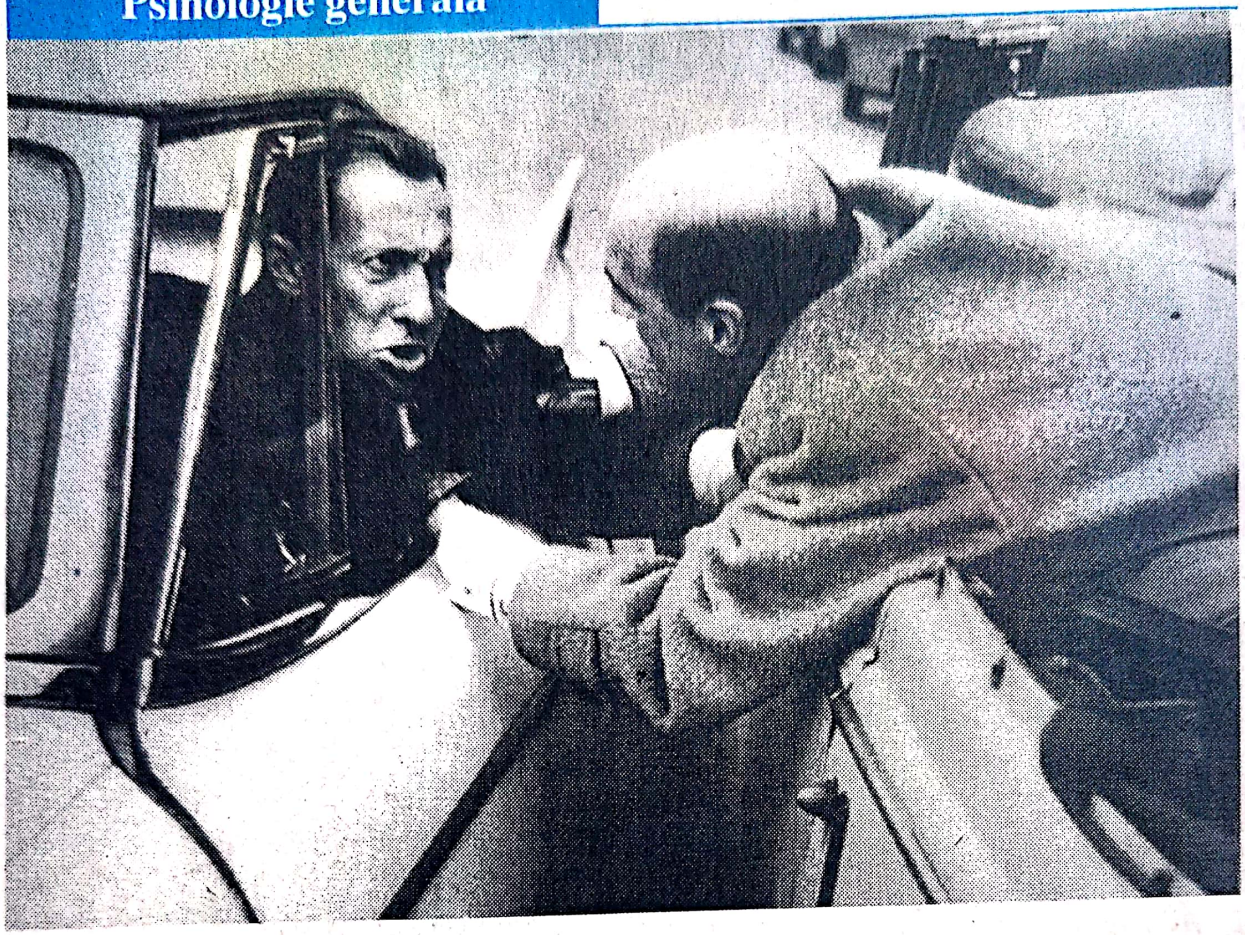
Grupa B. Cei cu grupa B sînt ritmici, perseverenţi, deosebit de înzestraţi pentru acţiune. Activi, volitivi şi autoritari, ei îşi urmează drumul propus, reuşind să îndepărteze dificultăţile. În general, nu sînt timizi şi reuşesc să

Scanned with OKEN Scanner

se afirme cu curaj şi siguranţă de sine. Tenacitatea şi încrederea în forţele proprii îi fac adesea puţin receptivi la părerile altora. Iubesc ordinea, organizarea şi disciplina. Le place să-şi desfăşoare activitatea pe traiectorii precise. Au succese deosebite în meseria aleasă, putînd să devină buni specialişti. Intransigenţi, pot îndepărta cu duritate pe cei care-i incomodează. Sînt sinceri şi statornici în prietenie. Excitabili şi impulsivi, se enervează uşor, dar dacă sînt încurajaţi cu afecţiune se calmează relativ repede. Unui „B", deşi lucid şi rezonabil, îi place să comande şi să simtă că este puternic.

Grupa AB. Acesta este cel mai complex tip psihologic. Temperamental împrumută caracteristici variate de la cele trei grupe (A, B şi 0). Întîlnim în structura sa tendinţe contradictorii, comportamentul lui fiind adesea imprevizibil. El trece brusc de pe planul raţional pe planul afectiv, de la bunăvoinţă la intransigenţă, de la calm la impulsivitate, de la compasiune la indiferenţă. Este o natură înzestrată cu multe calităţi intelectuale şi afective. Are cîteva caracteristici dominante: este activ, îi place să aibă preocupări tot timpul, este corect şi personal. Aptitudinile lui sînt multiple, poate să exercite cu succes profesii diferite, dar le preferă pe cele care nu sînt statice şi monotone. Sensibil şi sentimental, este capabil de dăruire şi sacrificiu. Are capacitate deosebită de autocontrol, reuşeşte să nu-şi exteriorizeze tensiunea nervoasă. Se simte bine cînd este lăsat să acţioneze singur, după planurile şi ideile proprii.

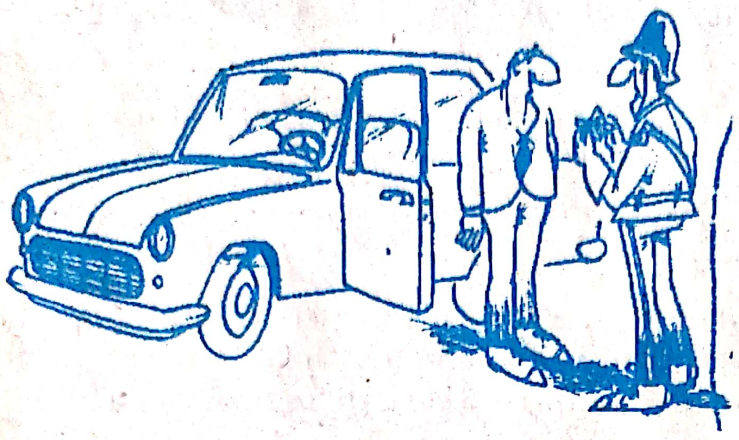
Scanned with OKEN Scanner



se afirme cu curaj şi siguranţă de sine. Tenacitatea şi încrederea în forţele proprii îi fac adesea puţin receptivi la părerile altora. Iubesc ordinea, organizarea şi disciplina. Le place să-şi desfăşoare activitatea pe traiectorii precise. Au succese deosebite în meseria aleasă, putînd să devină buni specialişti. Intransigenţi, pot îndepărta cu duritate pe cei care-i incomodează. Sînt sinceri şi statornici în prietenie. Excitabili şi impulsivi, se enervează uşor, dar dacă sînt încurajaţi cu afecţiune se calmează relativ repede. Unui „B", deşi lucid şi rezonabil, îi place să comande şi să simtă că este puternic.

Grupa AB. Acesta este cel mai complex tip psihologic. Temperamental împrumută caracteristici variate de la cele trei grupe (A, B şi 0). Întîlnim în structura sa tendinţe contradictorii, comportamentul lui fiind adesea imprevizibil. El trece brusc de pe planul raţional pe planul afectiv, de la bunăvoinţă la intransigenţă, de la calm la impulsivitate, de la compasiune la indiferenţă. Este o natură înzestrată cu multe calităţi intelectuale şi afective. Are cîteva caracteristici dominante: este activ, îi place să aibă preocupări tot timpul, este corect şi personal. Aptitudinile lui sînt multiple, poate să exercite cu succes profesii diferite, dar le preferă pe cele care nu sînt statice şi monotone. Sensibil şi sentimental, este capabil de dăruire şi sacrificiu. Are capacitate deosebită de autocontrol, reuşeşte să nu-şi exteriorizeze tensiunea nervoasă. Se simte bine cînd este lăsat să acţioneze singur, după planurile şi ideile proprii.

Scanned with OKEN Scanner



– Nu aveţi trecută grupa sanguină!
– Eu sînt anemic.

În contextul datelor de mai sus s-au plasat şi cercetările în domeniul psihologiei rutiere.

Activitatea de conducere auto, caracterizată prin intense solicitări neuropsihice, permite omului de la volan o semnificativă afirmare a personalităţii, a structurii sale temperamentale, aptitudinale şi de caracter. Astfel, se poate vorbi de cîteva tipologii de conducători auto, tipologii care se corelează semnificativ cu apartenenţa la grupa sanguină.

În funcţie de apartenenţa la o grupă sanguină sau la alta, comportamentul la volan al conducătorilor auto este următorul: grupa A – comportament sportiv, temerar-agresiv; grupa B – excitabil, sigur de sine, ambiţios; grupa AB – calculat, prudent-preventiv; grupa 0 – labil, emotiv-defensiv.

Trebuie precizat însă că, aşa cum elementele fiziologice se combină la infinit, principala caracteristică a omului fiind individualitatea, tot astfel şi trăsăturile psihice se structurează şi se combină inedit. Realitatea nu ne oferă tipuri temperamentale pure. Întîlnim numai tipuri intermediare, care prin calităţile şi deficienţele lor se pot apropia într-o mai mare sau mai mică măsură de cele patru tipuri clasice. De asemenea, înzestrarea temperamentală, cu toate că pune limite în dezvoltarea personalităţii, nu este invariabilă: flegmaticii pot deveni în anumite momente colerici, după cum sanguinii pot cădea uneori în stări de melancolie.

Cu toate că nu se poate spera în modificarea radicală a trăsăturilor structurale, există totuşi posibilitatea ca anumite manifestări temperamentale şi caracteriale să fie direcţionate şi contracarate prin dezvoltarea trăsăturilor pozitive de caracter.

Personalitatea individului trebuie privită ca un sistem complex, o unitate bio-psiho-socială dinamică, ce se dezvoltă în funcţie de condiţiile de mediu şi, în special, în funcţie de relaţiile sociale. Stă în puterea noastră să ne dirijăm comportamentul, să-l supunem propriei noastre raţiuni, să fim stăpîni pe noi înşine.

Relevînd limitele actualei teorii (corelaţia grupă sanguină-personalitate), nu putem renunţa la speranţa că eforturile specialiştilor pe această linie ar putea deschide o nouă fereastră spre cunoaşterea personalităţii umane, spre împlinirea năzuinţelor de mai bine. ■

Dr. Marilena ZEVELEANU,
specialist psiholog

Scanned with OKEN Scanner

Sînteţi incoruptibil(ă)?

Elliot Ness este eroul unui serial TV de succes – „Incoruptibilii".
Credeţi că îi semănaţi?
Răspundeţi prin DA sau NU la întrebările de mai jos şi veţi afla...

1. **Vă lăsaţi convins(ă) uşor de o anumită cauză, mai ales dacă vă încurajează cineva?**
❒ Da Nu ❒

2. **Aţi acceptat deja de la un client o sumă de bani peste preţul oficial?**
❒ Da Nu ❒

3. **Vi s-a întîmplat să lucraţi „la negru"?**
❒ Da Nu ❒

4. **Aţi fi în stare să păstraţi sume mari de bani care nu vă aparţin?**
❒ Da Nu ❒

5. **Sînteţi de acord cu următoarea afirmaţie: „Nu poţi fi cumpărat, din principiu"?**
❒ Da Nu ❒

6. **V-aţi lăsa tentat şi de altceva, în afara banilor?**
❒ Da Nu ❒

7. **Consideraţi că aţi putea corupe pe cineva?**
❒ Da Nu ❒

8. **Sînteţi întotdeauna integru(ă), avînd o comportare fără reproş?**
❒ Da Nu ❒

9. **Dacă vi s-ar cere, aţi denunţa o tentativă sau o manevră de corupere la care aţi fost martor(ă)?**
❒ Da Nu ❒

10. **Aţi trişat, măcar o dată, în viaţa dumneavoastră?**
❒ Da Nu ❒

Calcularea scorului

Acordaţi-vă un punct dacă aţi răspuns cu DA la întrebările 1, 2, 3, 6, 7 şi 10 şi tot un punct pentru răspunsurile cu NU la întrebările 4, 5, 8 şi 9. Totalizaţi punctele obţinute.

Interpretarea rezultatelor

- **Dacă aţi obţinut 10 puncte:** sînteţi incoruptibil pe toată linia. Felicitări!
- **Dacă aţi obţinut între 7 şi 9 puncte:** sînteţi integru şi riguros. Urîţi corupţia şi sînteţi suficient de puternic pentru a-i rezista.
- **Dacă aţi obţinut între 4 şi 6 puncte:** în anumite situaţii, vi se întîmplă „să o luaţi razna" şi să acceptaţi anumite combinaţii.
- **Dacă aţi obţinut mai puţin de 4 puncte:** Elliot Ness nu ar fi fost în nici un caz prietenul dv. ■

Traducere şi adaptare:
Mihaela ROCO

Scanned with OKEN Scanner

Sînteţi indulgent(ă)?

Pentru a afla acest lucru, răspundeţi prin DA sau NU la următoarele zece întrebări şi raportaţi-vă la interpretarea rezultatelor.

1. **După părerea dv., orice greşeală trebuie sancţionată?**
❒ Da Nu ❒

2. **Qui bene amat, bene castigat (Pe cine iubeşti îl pedepseşti). Sînteţi de acord cu acest dicton?**
❒ Da Nu ❒

3. **V-aţi pedepsit (sau aţi face-o) cu severitate copiii?**
❒ Da Nu ❒

4. **Vi se întîmplă să vă dojeniţi fără sfială colegii şi prietenii?**
❒ Da Nu ❒

5. **Anturajul dv. vă consideră o persoană indulgentă, care ştie să ierte micile greşeli?**
❒ Da Nu ❒

6. **... Şi chiar pe cele mari?**
❒ Da Nu ❒

7. **În locul represiunii preferaţi dialogul şi tactul psihologic în rezolvarea unui conflict?**
❒ Da Nu ❒

8. **A greşi este omeneşte, dar aceasta reprezintă oare un motiv suficient pentru a fi indulgent cu aproapele tău?**
❒ Da Nu ❒

9. **... Şi cu tine însuţi?**
❒ Da Nu ❒

10. **Le puteţi comanda celorlalţi, dînd, uneori, ordine foarte rigide?**
❒ Da Nu ❒

Calcularea scorului

Acordaţi-vă un punct dacă aţi răspuns cu DA la întrebările 5, 6, 7, 8 şi 9 şi tot un punct pentru răspunsurile cu NU la întrebările 1, 2, 3, 4 şi 10.

Faceţi totalul punctelor obţinute.

Interpretarea rezultatelor

- **Dacă aţi obţinut 10 puncte:** sînteţi cu adevărat o persoană foarte indulgentă, atît faţă de ceilalţi, cît şi faţă de dv. înşivă... pînă cînd vi se întîmplă să comiteţi cîteva mici erori.
- **Dacă aţi obţinut între 7 şi 9 puncte:** nu vă place nici să pedepsiţi, nici să fiţi aspri. Iertaţi greşelile celorlalţi, sperînd poate ca şi ceilalţi să procedeze la fel cu greşelile dv.
- **Dacă aţi obţinut între 4 şi 6 puncte:** vă place să pedepsiţi uneori şi să luaţi decizii severe faţă de o greşeală sau o eroare pe care o consideraţi gravă. Dar indulgenţa reprezintă şi una dintre „armele dv. secrete", dacă este cazul.
- **Dacă aţi obţinut 2 sau 3 puncte:** sînteţi o persoană indulgentă, cu care este foarte uşor de colaborat.
- **Dacă aţi obţinut mai puţin de 2 puncte:** nu cumva sînteţi pur şi simplu prea indulgent(ă)? ■

Traducere şi adaptare:
Mihaela ROCO

Scanned with OKEN Scanner

Psihologia vestimentației

De la George Simmel și Max von Bohen pînă la Roland Barthes în cartea **Sisthéme de la mode** (Seuil, 1967), modul de a ne îmbrăca a făcut obiectul multor reflecții. Ce este moda? De ce există moda? Ce semnificație are îmbrăcămintea? În această carte colectivă, cei șase eseiști care au colaborat încearcă să dea o explicație fenomenului modei. Încă de la primul eseu introductiv a lui Umberto Eco se arată că dacă în anumite momente moda este ceva practic, foarte curînd ea își pierde *caracterul funcțional* și *capătă o semnificație de comunicare.*

Într-o epocă în care studiul semiologiei și al cineticii ne duce la concluzia că lumea comunicării neverbale este nelimitată, *Umberto Eco* poate să afirme, pe bună dreptate, că „dacă comunicarea se întinde la toate aceste niveluri, nu trebuie să te miri că poate *exista o știință a modei, ca mijloc de comunicare, și a îmbrăcămintii, ca limbaj articulat.*"

Vestimentația este expresivă, există coduri referitoare la îmbrăcăminte care vorbesc chiar mai clar decît cuvintele, unele dintre ele atît de stricte încît o încălcare a lor poate să coste mult: de exemplu, uniforma militară.

Convențiile referitoare la îmbrăcăminte corespund limbajului modei: „Ajunge să observi o revistă de modă la începutul unui sezon – spune Umberto Eco – pentru ca să vezi că și variațiile sînt prevăzute cu o oarecare rigiditate: talia mai înaltă, nasturele mai jos, combinarea unui anumit pantof cu un anumit tip de pantalon pot să arate abateri atît de grave de la întrebuințarea lingvistică la fel ca și dialectele" Acum, cînd se vorbește atît de *gramatica fanteziei* sau de *gramatica poeziei*, s-ar putea vorbi și de *gramatica modei.*

Limbajul vestimentației, ca și *limbajul verbal*, servește la *transmiterea atitudinilor ideologice*, iar cînd se întîmplă să coincidă un cod referitor la îmbrăcăminte cu o opțiune ideologică, moda poate să apară ca fiind foarte expresivă. Aduceți-vă aminte din istoria politică de semnificația costumului chinezesc, uniformă a revoluției culturale, iar mai recent de picioarele desculțe ale hippy-oților. Dacă pînă și accesoriile capilare pot să urmeze o modă cu implicări ideologice (de exemplu, *cazul barba, ca expresie revoluționară*, începînd cu anul 1965), atunci cu siguranță societatea vorbește prin intermediul modei.

Această reflectare asupra temei modei și a semnificației ei sociale ne

Scanned with OKEN Scanner

oferă multe exemple: vom aminti unul care a durat mulţi ani. În Spania, pe plajele din nord, în Santander şi în San Sebastian, normele sociale referitoare la folosirea costumului de baie sau a slipului erau foarte severe. În fiecare vară, guvernanţii făceau publică o hotărîre cu reguli de moralitate ale căror încălcări erau sever pedepsite: costumul de baie şi slipul trebuiau să aibă anumite dimensiuni, iar coborîrea unei bretele era imediat sancţionată de poliţistul care se ocupa cu supravegherea celor ce făceau plajă.

Din perioada anilor '20 s-a făcut trecerea de la costumul de baie întreg, ca un gen de fustă, la costumul cu două piese şi apoi la bikini, iar 50 de ani mai tîrziu numai la slip. Ce înseamnă aceasta? Evident, transformările suferite de costumul de baie sînt legate de politică şi de schimbările din societatea spaniolă. Caracterul îngăduitor şi liberalizarea în creştere ies de sub puterea dictatorială, care impunea toate acele reguli în anii '50.

Un studiu de modă comparată (la fel ca literatura comparată) ar fi foarte relevant: să comparăm această tendinţă către nuditate cu cea care s-a produs în anii de după Revoluţia franceză, cînd femeile mergeau aproape goale, îmbrăcate cu tunici transparente şi cu picioarele goale, în deplină libertate.

De multe ori moda se opune funcţionalităţii. „Personal, îmi aduc aminte – afirmă Umberto Eco – că am văzut în San Juan de Puerto Rico, pe o temperatură toridă, femei îmbrăcate cu cape de piele, iar în aceste ultime veri călduroase în Madrid am văzut multe femei încălţate cu ghete înalte, foarte înguste, ceea ce cred că produce o indispoziţie insuportabilă; dar moda ne face să suportăm orice tip de suferinţă".

Asemenea exemple sînt numeroase: peruca în plină vară, hainele de blană...

Motiv de reflecţie este şi *determinarea statutului social după îmbrăcăminte*. După costum se poate şi se putea recunoaşte casta, rangul, clasa şi ocupaţia celui în cauză. În zilele noastre diferenţierea prin vestimentaţie aproape a dispărut. Azi, lumea se diferenţiază prin cultură, dar pe vremea bunicilor noştri costumul diferenţia nu numai clasele sociale, ci şi felul muncii: exista pînă şi o uniformă... de croitor.

La vechea uniformă militară, precum şi la cea modernă, căştile, panaşurile, ciucurii şi tresele sînt foarte explicite, la fel ca şi la costumul clericilor, unde este evidentă ierarhizarea: preot, episcop, cardinal şi Papă. De aici atît Umberto Eco, dar şi Sigurta au tras concluzia în legătură cu semnificaţia costumului gri bărbătesc în anii '60: reprezenta o exigenţă egalitaristă într-o epocă cenuşie.

(Continuare în pag. 38)

Conf. dr. Mihaela ROCO,
Universitatea Bucureşti

Scanned with OKEN Scanner

Cum te hrănești, acela ești cu adevărat!

Ruth Reichl – cea mai autorizată voce din Statele Unite ale Americii în problemele psihologiei comportamentului alimentar – susține că „ceea ce mîncăm ne definește ca popor". După cum afirmă în revista *Psychology Today* (decembrie 1998), detestă mania sărbătoririi zilelor de naștere și a altor evenimente de familie la restaurant și este de părere că „ceea ce se află într-o farfurie nu este așa de important cum este, de exemplu, ceea ce este în inima fiecăruia".

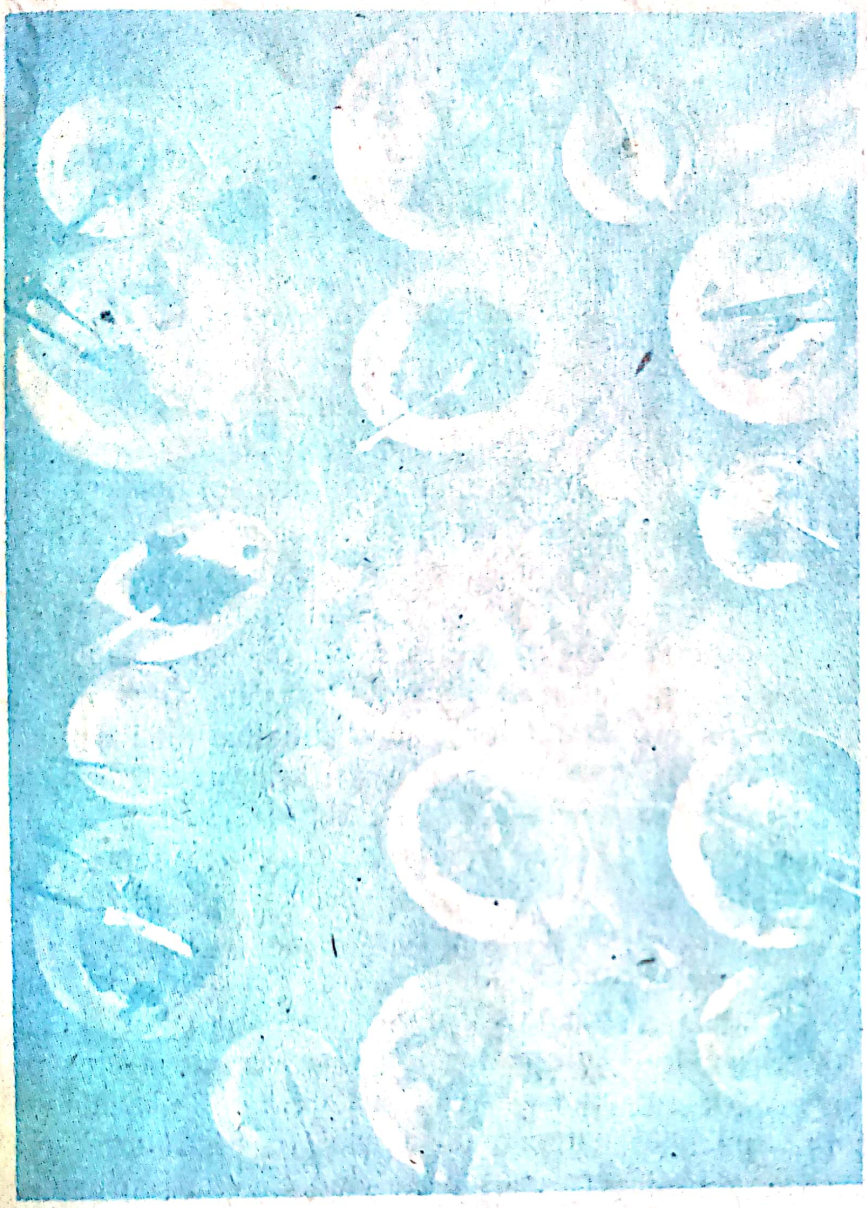
„Chiar vreau să-mi placă localul ăsta!", spune Ruth Reichl, intrînd într-un restaurant deschis recent undeva în Parcul Manhattan. „Are vedere spre apă, ceea ce este așa de rar în oraș, și s-a cheltuit mult pentru organizarea unei mici stațiuni de servicii. Din nefericire, cei de-aici habar n-au cum să conducă localul". Șeful de sală pare plin de defecte astăzi: absurd, deși prietenos, amabil, dar mîncarea este de calitate mediocră: salata Caesar lasă de dorit, iar sandvișul cu ton la grătar este prea sărat. Și nu se poate spune că Ruth Reichl nu a acordat nici o șansă acestui local: este cea de-a șasea vizită aici făcută de cea mai autorizată examinatoare de restaurante americane la ora actuală.

Ruth Reichl nu se grăbește să facă afirmații, să catalogheze mîncarea sau localul. De fapt, pentru ea cele două noțiuni sînt împletite inextricabil. Și evaluările făcute de ea reflectă acest lucru. În calitate de critic de restaurante la *New York Times* încă din 1993, Ruth Reichl nu face doar o evaluare a meniului, ea evaluează totodată manierele și moravurile. Chelnerii aduc nota de plată rapid clientului? Cum sînt tratați oamenii de rînd? Într-o memorabilă evaluare a localului „Le Cirque" din New York ea relatează cum a fost tratată aici cînd nu a fost recunoscută (i s-a dat o masă cu o poziție proastă, serviciul a fost unul indiferent), dar a fost tratată regește într-o altă vizită, cînd a fost recunoscută, beneficiind de atenții speciale din partea șefului de sală (masă alături de regele Spaniei etc.).

„Să spui că unicul lucru care contează este ceea ce ai în farfurie înseamnă să nu iei în considerație rolul important pe care îl au restaurantele în viața noastră astăzi", susține Ruth Reichl, care mănîncă în oraș de 8-12 ori pe săptămînă, în diferite împrejurări, deghizată în fel și chip. „Foarte multe evenimente din viața noastră socio-culturală au loc la restaurant".

Pentru Ruth Reichl comportamentul alimentar reprezintă o experiență nu numai fizică, dar și psihologică. Mama ei devenise „o adevărată legendă" grație faptului că gătea ciudățenii care îmbolnăveau musafirii (inclusiv invitații la

Scanned with OKEN Scanner



logodna fiului său). Ruth Reichl a învăţat rapid că gătitul este un mod de a te menţine în stare bună. Aşa cum relatează într-o carte recent publicată la Editura Random, ea a descoperit că „mîncarea poate fi o modalitate de a da sens vieţii". „Dacă priveşti oamenii mîncînd poţi descoperi cum sînt ei, cine sînt cu adevărat". Recent, Ruth Reichl a avut o discuţie cu editoarea Anastasia Toufenis despre felul în care conduita alimentară uneşte şi divide lumea, despre diferenţa dintre modul de a te hrăni în oraş şi acasă, despre moda americană a sărbătoririlor de familie la restaurant şi de ce este mai important ce ai în farfurie decît ce este în inimile oamenilor.

Copiii spun uneori: „n-am de gînd să mănînc chestia asta, nu poţi să mă obligi să o fac". Ceea ce vor de fapt să spună este: „Îţi spun eu cine sînt în realitate".

Cînd a afirmat că „modul de a te hrăni defineşte oamenii", Ruth Reichl a avut în vedere faptul că acesta este o modalitate prin care spunem celorlalţi cine sîntem şi prin care stabilim nişte bariere. Cel mai bine se poate constata la copii. Alimentaţia este un „domeniu" unde ei spun „ce-i al meu, e-al meu; n-o să mănînc ce vrei tu să mănînc". Este aproape imposibil să forţezi pe cineva să mănînce, în afara cazului cînd îi înfigi un tub în gît. Prin urmare, în aceste condiţii copiii au aici putere de decizie totală. Toţi părinţii au spus cel puţin o dată: „Nu te ridici de la masă pînă nu termini ce ai în farfurie". Iar copilul a stat toată ziua acolo ţipînd: „Nu poţi să mă obligi". Ceea ce voia să spună era: „Nici nu-ţi imaginezi cît de sătul sînt de toate astea".

Fenomenul acesta continuă pe măsură ce îmbătrînim, cu precizarea că pe măsură ce ne maturizăm sîntem

Scanned with OKEN Scanner

mult mai conştienţi de acest fapt. Definim oamenii în relaţie cu conduita lor alimentară. Spunem: „E un mare amator de bere şi hamburgeri“ sau „e un împătimit al şampaniei şi caviarului“. Şi instantaneu îţi faci o idee despre personalitatea celui descris.

Cînd a început să facă evaluări de restaurante, Ruth Reichl a constatat că soţul ei era un „gurmand şovăielnic“, deşi el niciodată nu se crezuse astfel. El a devenit un fel de om obişnuit – tipul care merge la restaurant şi spune: „ar fi mai bine dac-aş fi acasă şi aş mînca pizza în faţa televizorului“. Toată lumea pricepe imediat ce fel de personaj este acela care spune aşa ceva, iar pentru Ruth Reichl el a devenit un standard, un reper pentru a face comparaţii în studiile despre comportamentele alimentare ale persoanelor.

Se poate întîmpla ca stînd într-un restaurant şi mîncînd pateu franţuzesc şi bînd vinuri scumpe, să vină un tip şi să zică“ „Dumnezeule, ce n-aş da să pot comanda o friptură!“. Aceasta demonstrează că s-a intrat într-un stadiu de sofisticare în ceea ce priveşte alimentaţia. Acesta este motivul pentru care politicienii vizitează fast-food-urile. Merg în mijlocul unei comunităţi şi mănîncă brioşe într-un loc, pui fript în altul. Mesajul lor este: „Eu sînt ca voi, vă reprezint, mănînc la fel ca voi“. De exemplu, Nelson Rockfeller într-o campanie electorală a mers în Coney Island şi a mîncat hot-dog tocmai pentru a demonstra că este un om obişnuit. O altă întîmplare dintr-o campanie prezidenţială a scos la iveală faptul că George Bush nu ştia că s-a schimbat modalitatea de plată într-un supermarket pentru că nu mai intrase într-un magazin de ani de zile, ceea ce l-a făcut să pară complet rupt de realitate şi de electorat. Şi rezultatul s-a văzut la alegeri.

Uneori, conduita alimentară contribuie la felul în care ne alegem prietenii. Un exemplu ar fi că o persoană căreia îi plac restaurantele sofisticate nu poate fi apropiată de cineva care detestă frecventarea restaurantelor. Acesta poate fi un impediment, desigur.

Trebuie menţionat că diferitele etnii au o conduită alimentară diferită. În China oamenii se salută cu întrebarea: „Ai mîncat?“. Aceasta arată respectul deosebit pe care îl manifestă chinezii pentru mîncare, cît de importantă este aceasta în viaţa lor. În SUA nu se poate vorbi de o atitudine bine definită în ceea ce priveşte mîncarea. Mediul şi diversitatea etniilor care alcătuiesc naţiunea americană ar putea reprezenta una din cauzele acestui fenomen.

Ideea mîncatului de plăcere este oarecum tulburătoare. Benjamin Franklin mărturisea într-o carte că a fost trimis la culcare fără să i se servească cina pe motiv că a spus că... i-a plăcut cina anterioară. Înainte, în SUA, mîncarea era un subiect tabu. Acestei imagini îi putem opune astăzi pe cea a familiilor americano-italiene foarte numeroase, aşezate la masă şi savurînd platourile cu paste şi sos.

Există diferenţe culturale enorme în ceea ce priveşte conduita alimentară între oameni şi chiar în cadrul aceleiaşi culturi. Felul în care Ruth Reichl a tratat subiectul acesta este total diferit de ceea ce se întîmpla cu sute de ani în urmă în Statele Unite ale Americii. ■

Traducere şi adaptare:
lector Maria CONSTANTINESCU,
Universitatea din Piteşti

Scanned with OKEN Scanner

SĂ NE CONTROLĂM IMAGINAȚIA ȘI SĂ GÎNDIM POZITIV

Mulţi cercetători (de exemplu, J. Badler, 1977) sînt de părere că majoritatea oamenilor îşi folosesc imaginaţia pentru a descoperi doar acele lucruri şi evenimente care îi fac să se simtă prost. De ce să aşteptăm pînă ce soţul are o aventură extraconjugală? Mai bine ne-o imaginăm dinainte şi îl vedem cu ochii minţii distrîndu-se cu altcineva. Iată un mecanism foarte eficient pentru a deveni geloşi şi a ne face viaţa amară. Pentru că vă simţiţi foarte prost dispusă, începeţi să plîngeţi, să-i faceţi reproşuri, să-l îndepărtaţi, să-l cicăliţi şi ceea ce aţi imaginat se întîmplă în cele din urmă cu adevărat. Nu ar fi mai bine să construiţi imagini pozitive, în care dumneavoastră vă simţiţi bine în compania soţului?

Întrebînd un tînăr timid de ce este timid, acesta răspunde: devin timid cînd trebuie să întîlnesc o persoană necunoscută pentru că mă gîndesc totdeauna că nu o să mă placă. Tînărul a fost sfătuit să vizualizeze imaginea inversă, şi anume că persoana pe care o va întîlni o să-l placă foarte mult.

Psihoterapeutul îi sfătuieşte pe pacienţi să încerce să facă altceva înainte de a deveni furioşi! Singurul mod corect de a acţiona este să facă exact ce-i vine în momentul respectiv. Tehnica de modificare a acestui tip de comportament este evitarea sursei care a generat furia şi reorientarea acestuia de la bază. De pildă, o pacientă se plînge de faptul că are frecvent reacţii agresive. Terapeutul o readuce înapoi la momentul în care dă un răspuns agresiv şi îi reorientează comportamentul: „În loc să-i răspunzi agresiv ospătarului care te-a servit prost, mai bine abordează-l tu dinainte cu bunăvoinţă".

O modalitate comportamentală frecvent întîlnită în cuplurile maritale şi care contribuie la deteriorarea unităţii cuplului este următoarea: doreşti ceva de la partenerul tău, dar el nu îţi acordă atenţie. Te simţi prost. Apoi îi arăţi cît de rău te simţi în speranţa că vei primi ceea ce doreşti. Aceasta amplifică trăirea negativă. N-ar fi mai simplu să-i spui pe un ton amabil şi vesel: „Nu vrei să faci asta pentru mine?"

Cea mai mare eroare constă în a gîndi că pentru a ne simţi fericiţi în anumite situaţii este nevoie ca o anumită persoană să se comporte într-un anumit fel, aşa cum dorim noi: „Tu trebuie să te comporţi aşa cum vreau eu, altfel eu mă voi simţi nefericit şi te voi face şi pe tine să te simţi nefericit". Cînd partenerul nostru este de faţă şi nu poate să se comporte aşa cum dorim noi, ne simţim rău. Îi reproşăm: „Nu ai fost aici să mă faci să mă simt bine, aşa că acum eu voi face să te simţi rău; doresc să fii aici tot timpul: nu te mai duce la meci, nu te mai duce la restaurant, stai cu mine. Dacă mă iubeşti, vei face ce vreau eu, pentru că dacă nu procedezi astfel, eu mă simt rău!"

Trăind sentimentul că dacă nu beneficiaţi de timpul partenerului dumneavoas-

Scanned with OKEN Scanner

tră într-un moment anume, aveţi impresia că vă simţiţi rău şi dacă amplificaţi mintal această stare psihică, asociaţi sentimentele negative cu figura partenerului, iar cînd acesta revine izbutiţi să vă simţiţi prost şi cînd el este prezent.

Dacă îi întrebăm pe oameni ce doresc, ei ne vor spune cel mai adesea că doresc ceea ce nu au şi nu ceea ce au deja. Ei tind să ignore ceea ce merge bine şi să observe numai ceea ce merge prost.

Majoritatea cuplurilor maritale nu se mai simt la fel de fericite ca la început din cauza acestui mod de a gîndi al partenerilor. Lucrurile ar merge mult mai bine dacă de fiecare dată cînd ne revine în minte figura partenerului nostru ne simţim fericiţi că l-am întîlnit.

De ce gîndim negativ?

Doi autori americani, Handley şi Pauline Neff (1985) ne dau o serie de sfaturi utile pentru a contracara gîndurile negative.

Conştientizaţi faptul că această „gîndire negativă" este o parte a psihicului dumneavoastră. Unii oameni sînt stresaţi datorită personalităţii de bază (ei fac parte, probabil, din tipul A de personalitate: muncesc zi şi noapte fără să se odihnească şi fără să-şi acorde timp de relaxare; pentru tipul perfecţionist, orice mic eşec este o catastrofă).

Alţii au o imagine negativă despre ei datorită traumelor psihice din copilărie, iar o a treia categorie se văd în culori sumbre pentru că nu pot face faţă expectaţiilor iraţionale pe care le au alţii faţă de ei.

Oamenii pot realiza performanţe extraordinare atunci cînd aleg lentilele corecte prin care să-şi privească propriile limite. Aceasta presupune concentrarea atenţiei asupra calităţilor pe care le avem şi nu asupra limitelor noastre. Subconştientul celor care au succes este programat pe ideea că ei pot face lucruri mari.

O dată ce am admis ideea că noi nu gîndim clar şi că gîndirea negativă este o parte a psihicului nostru, putem alege alte lentile prin care să ne privim şi să vizualizăm posibilităţile noastre reale.

Identificaţi „glasul" gîndirii negative. Acest demers se numeşte *conştientizare cognitivă*. Procesul de transformare a gîndurilor negative în gînduri pozitive se numeşte *restructurare cognitivă*.

Iată cele *zece tipuri* de distorsionări cognitive care afectează mai frecvent persoanele anxioase:

- Perfecţionistul îşi fixează standarde şi exigenţe neraţionale.
- Tendinţa de a generaliza o respingere asupra tuturor situaţiilor de viaţă (cînd o persoană se poartă rece cu tine, îţi spui că nu faci „două parale"). De fapt, nu ne putem aştepta ca toată lumea să ne placă.
- Concentrarea asupra laturii negative reprezintă tendinţa de a permite unei situaţii negative să le întunece pe toate celelalte.
- Refuzul faptului pozitiv: tendinţa de a ne convinge că pînă şi în lucrurile bune există o parte rea. O altă modalitate este să ne spunem că acum nu mai putem face lucrurile care ne plăceau înainte. Cînd cineva ne face un compliment avem tendinţa de a-l transforma în critică („Mi-a spus că arăt bine; precis îşi bate joc de mine!").
- Fenomenul „albul devine negru" apare atunci cînd folosim fapte neutre sau chiar pozitive pentru a trage concluzii negative. O modalitate frecventă de a face acest lucru este de a interpreta ca ostile acţiunile unei persoane care, de fapt, are o problemă personală.

Scanned with OKEN Scanner

● Modelul extindere-reducere reprezintă tendinţa de a exagera un eveniment negativ generator de anxietate şi de a minimaliza unul pozitiv.

● Crearea de fantasme sau ficţiuni înseamnă a lăsa emoţiile să se substituie adevărului despre evenimente.

● Comportamentul de tipul „trebuie" ne determină să acţionăm împotriva voinţei noastre. „Gîndirea tiranică" nu face decît să producă culpabilitate. Nu contează de fapt ce spun alţii despre comportamentul dumneavoastră, deoarece sînteţi o persoană perfect capabilă să ştie ce trebuie să facă şi ce nu.

● Eroarea de generalizare înseamnă a-ţi spune că eşti rău sub toate aspectele dacă ai făcut o greşeală. Adevărul este că toţi oamenii greşesc şi că sînteţi o persoană valoroasă, chiar dacă aţi greşit.

● A spune „este greşeala mea" înseamnă a vă asuma responsabilitatea pentru un eveniment negativ care nu vă aparţine. (Dacă soţul bea prea mult, plîngeţi şi spuneţi: „E vina mea".) Adevărul este că nimeni nu poate şi nu trebuie să controleze o altă persoană.

Cum să gîndim pozitiv?

Aceeaşi autori ne propun tehnici simple de autocontrol pentru a elimina gîndirea negativă. Iată cîteva dintre ele:

● **Utilizaţi tehnica punctelor albastre** plasate în diverse locuri pentru a vă aminti de distorsiunile cognitive. De cîte ori vă alunecă ochii pe punctul albastru, întrebaţi-vă cum gîndiţi. Este uşor de observat că aceasta este o metodă comportamentalistă, bazată pe condiţionare.

● **Metoda opririi bruşte.** De cîte ori vă vin gînduri negative, puteţi să vă spuneţi direct, în gînd: „Opreşte-te!" sau rugaţi pe cineva să vă atragă atenţia ori de cîte ori gîndiţi negativ.

Înlocuiţi gîndurile negative cu gînduri realiste, bazate pe cunoaşterea corectă a situaţiei: identificaţi ditorsiunea cognitivă şi apoi planificaţi modul cum să înfruntaţi realitatea. Cel mai uşor mod de a face acest lucru este să notăm pe o hîrtie pe trei coloane:

a) Analizarea problemei
b) Distorsiunea cognitivă
c) Gînduri pozitive

a) Notaţi gîndurile care creează emoţii negative.

b) Identificaţi distorsiunea cognitivă. De pildă, dacă soţului nu i-a plăcut rochia nouă pe care aţi cumpărat-o, aveţi tendinţa de a exagera: „Sînt urîtă şi lipsită de graţie orice aş îmbrăca".

c) În coloana cu gînduri pozitive puteţi nota: „sînt atrăgătoare pentru că am următoarele calităţi" sau „soţului nu-i place rochia nouă, dar nu e neapărat nevoie să-i placă tot ce port. E destul că îmi place mie cum arăt în ea; sînt bucuroasă să o port." De pildă, gîndul iraţional „Nimeni nu mă iubeşte" se poate înlocui cu „Ştiu cel puţin 3-4 persoane care mă iubesc".

● **Relaxaţi-vă şi reprogramaţi inconştientul.**

Pentru pacientul care se teme de fiecare dată că ori de cîte ori va părăsi casa va avea un atac de panică este recomandabil ca în stare de relaxare să-şi spună: „Ori de cîte ori părăsesc casa, corpul meu va fi perfect relaxat. Mă bucur să ies la plimbare". În acelaşi timp, el se va vizualiza pe sine mergînd peste tot, cu o figură zîmbitoare şi făcînd lucruri interesante. ■

Mihaela ROCO

Scanned with OKEN Scanner

Grilă de descifrare a relației dintre sexualitate și principiile dv. morale

Conduita morală a preocupat şi continuă să facă obiectul de studiu al filozofilor, sociologilor, antropologilor, psihiatrilor şi nu în ultimul rînd al psihologilor. Avînd ca punct de plecare cadrele de evoluţie ale judecăţii morale, evidenţiate de J. Piaget şi Lawrence Kohlberg, precum şi mijloace specifice de diagnoză, psihologul practician poate identifica sistemul de valori, semnificaţiile atribuite şi atitudinile morale adoptate de un individ sau grup, ca şi factorii situaţionali care modelează conduita morală cotidiană. Adoptînd tehnica povestirilor dilematice, experţii anglo-saxoni în consiliere familială vă invită la un exerciţiu de autodiagnoză a concepţiilor şi atitudinilor dv. privind sexualitatea, onestitatea, morala. Pentru aceasta este suficient să citiţi istorioara următoare şi să vă notaţi opinia asupra comportamentului eroilor acestei povestiri, ierarhizîndu-i în ordinea descrescîndă a conduitei lor morale. Atenţie, acest clasament trebuie făcut bazîndu-vă pe propriul dv. sistem de valori şi nu în conformitate cu morala convenţională. Şi încă o observaţie: deşi personajele sînt extrase din baladele populare engleze care evocau faptele legendarului Robin Hood, trebuie să faceţi abstracţie de părerile pe care vi le-aţi făcut cu privire la ele cînd aţi citit (vizionat) prelucrările literare sau cinematografice ale acestora. Se cere deci să evaluaţi personajele doar prin prisma situaţiei prezentate în următorul episod.

Şeriful din Nottingham reuşeşte să-i captureze pe Robin Hood şi pe Micul John (Little John), însoţitorul lui Robin, şi îi închide sub strictă supraveghere în fortăreaţa sa.

Disperată, frumoasa Marion îl imploră pe şerif să-i elibereze în numele iubirii ce i-o poartă lui Robin. Şeriful se lasă înduplecat cu condiţia ca Marion să fie a lui în acea noapte, tîrg pe care ea îl acceptă.

Dimineaţa, cei doi prizonieri sînt puşi în libertate. Imediat după aceasta, Robin îi cere iubitei sale să-i spună cum a reuşit să le obţină eliberarea. Marion îi mărturiseşte adevărul dar, spre stupefacţia ei, se vede insultată şi tratată ca o desfrînată de către Robin. Mai mult, acesta îi spune că nu vrea să o mai vadă niciodată. Asistînd la scena dintre cei doi, Little John îi ia apărarea lui Marion şi îi propune să plece cu el, promiţîndu-i, ca din acea clipă, să i se consacre doar ei. Ea acceptă şi cei doi pleacă împreună.

●

Citiţi cu atenţie scurta povestioară şi stabiliţi o ierarhie a conduitei celor patru personaje, situînd pe primul loc pe cel a cărui conduită o apreciaţi ca fiind cea mai adecvată (justă) şi pe ultimul loc personajul al cărui comportament, în situaţia dată, îl găsiţi ca fiind cel mai reprobabil. Consultaţi aprecierile şi comentariile asociate ierarhiei stabilite de dv.

Nu citiţi răspunsurile înainte de a fixa ordinea cerută!

Scanned with OKEN Scanner

● Robin – Marion – Șeriful – Little John

Vă este greu să acceptaţi atitudinile flexibile ale anturajului, să adoptaţi un alt punct de vedere, să vă reconsideraţi poziţia, să nuanţaţi relaţiile cu ceilalţi. Nu sînteţi înclinat să acordaţi încredere şi credibilitate deplină nici chiar persoanelor foarte cunoscute. *Femei*: bărbaţii sînt responsabili de toate necazurile dv. *Bărbaţi*: deviza dv. în dragoste este sexul şi datoria, în mai mare măsură decît caritatea şi iertarea.

● Robin – Marion – Little John – Șeriful

În cazul dv., filozofia vieţii este un straniu amestec de idei preconcepute, păreri imuabile, totul impregnat de credinţe romantice. Nu sînteţi înclinat să faceţi rău, dar, cu siguranţă, sînteţi o persoană prea cumpătată şi complet lipsită de imaginaţie. *Femei*: îi consideraţi pe bărbaţi, aproape fără excepţie, teribil de aroganţi. *Bărbaţi*: femeile sînt slabe dar, în aceeaşi măsură, dezirabile.

● Robin – Șeriful – Marion – Little John

Femei: subevaluaţi rolul, influenţa, forţa femeii! *Bărbaţi*: nu sînteţi fericit deoarece sînteţi inflexibil în convingerile dv.; totuşi, cînd statutul vă conferă autoritate şi siguranţă, renunţaţi la principii dacă acest lucru vă permite obţinerea unor avantaje; în relaţiile interpersonale, nu aplicaţi acelaşi tratament bărbaţilor şi femeilor.

● Robin – Little John – Marion – Șeriful

Sînteţi un adept al principiilor morale convenţionale chiar şi atunci cînd într-o situaţie dată nu găsiţi în ele un sprijin tocmai solid. *Femei*: dacă sînteţi nefericită în dragoste, cauza poate fi faptul că aşteptaţi prea mult de la partenerul dv.; încercaţi să fiţi mai realistă, revedeţi-vă sistemul de valori şi judecăţi morale. *Bărbaţi*: vă consideraţi o persoană corectă într-o lume guvernată de principii şubrede; suferinţa şi sentimentul culpabilităţii reprezintă pentru dv. sîmburele vieţii.

● Robin – Little John – Șeriful – Marion

Sînteţi un puritan, o persoană ce ţine la respectarea convenţiilor. *Femei*: părinţii v-au inoculat sentimentul ruşinii şi vinovăţiei; eliberaţi-vă de lanţurile ce vă încătuşează căci viaţa vă aşteaptă. *Bărbaţi*: nu aveţi încredere în femei deoarece, în opinia dv., ele sînt oricînd capabile să se folosească de farmecele personale pentru a-i manipula pe bărbaţi; nu ştiţi să apreciaţi gesturile nobile.

● Little John – Robin – Șeriful – Marion

Nu sînteţi uşor de caracterizat. Totuşi, alegerea dv. indică existenţa unui sentiment de inferioritate, o persoană complexată, oscilantă. Cum sînteţi de fapt? Idealist, moralist, un păstrător al tradiţiilor? *Femei*: păcat că nu puteţi accepta ideea că femeia poate fi egală cu bărbatul şi chiar mai puternică decît acesta. *Bărbaţi*: atitudinea contradictorie în raport cu femeia şi normele morale poate fi generată de probleme sexuale; această atitudine derivă dintr-o frică generală faţă de sexul opus, teamă ce-şi are probabil obîrşia în frica inoculată de mama dv.

● Little John – Marion – Robin – Șeriful

Sînteţi o persoană sentimentală prin excelenţă. Apreciaţi gentileţea şi încer-

Scanned with OKEN Scanner

caţi să aplicaţi în viaţa de zi cu zi propriul dv. sistem de valori. Nu încercaţi să ascundeţi celor din jur nevoia de securitate – materială sau afectivă – de care aveţi nevoie. *Femei*: experienţele sentimentale nu au fost totdeauna satisfăcătoare; fără îndoială, nivelul de aspiraţie este prea ridicat. *Bărbaţi*: aveţi tendinţa de a idealiza femeile, de a le supraestima calităţile.

● Little John – Marion – Şeriful – Robin

Deşi sînteţi cu picioarele pe pămînt, vă implicaţi afectiv cu uşurinţă. Apreciaţi adevăratele valori, sînteţi o persoană deschisă şi receptivă, capabilă de o atitudine suplă în raporturile interpersonale. *Bărbaţi şi femei*: probabil sînteţi o persoană fericită; iubiţi oamenii şi vă înţelegeţi bine cu ei, iar faptul că aventurierul din dv. nu-şi face simţită prezenţa nu constituie o problemă.

● Little John – Şeriful – Marion – Robin

Pentru dv. normele morale trebuie să răspundă cerinţelor vieţii, nu au un caracter universal şi imuabil. Creaţi în jurul dv. o atmosferă de încredere şi siguranţă, sînteţi o persoană pe care se poate conta. *Femei*: manifestaţi mai multă toleranţă faţă de ceilalţi decît faţă de dv. înşivă. *Bărbaţi*: credinţa că femeile reprezintă sexul slab dovedeşte că nu le cunoaşteţi îndeajuns de bine.

● Little John – Şeriful – Robin – Marion

Nu vă abateţi de la tiparele convenţionale, nu cunoaşteţi cuvîntul fantezie şi cu atît mai puţin manifestarea fanteziei sexuale. Surprinzător ar fi ca dv. să fiţi un etalon care se ignoră. *Femei*: acceptaţi într-o anumită măsură că femeia face parte din categoria subordonată. *Bărbaţi*: atitudinea autoritară faţa de femei este anacronică. Renunţaţi la prejudecăţi, femeile nu au fost niciodată ceea ce credeţi.

● Şeriful – Robin – Marion – Little John

Femei: dacă credeţi că aţi ales combinaţia cea mai fericită, vă înşelaţi. *Bărbaţi*: greu de crezut că trăiţi cu intensitate viaţa; vă este imposibil să vă dăruiţi, raportul sexual – în concepţia dv. – nu presupune coparticipare; nu sînteţi niciodată în locul sau la momentul potrivit şi probabil niciodată nu aţi înţeles şi nici nu aţi apreciat compania femeilor.

● Marion – Şeriful – Little John – Robin

Vă situaţi pe poziţia respingerii sistematice a prejudecăţilor. Vă repugnă ideea de a fi considerată o persoană slabă. Puneţi accent pe onestitate şi dezaprobaţi comportamentul duplicitar şi ipocrizia. *Femei*: respectaţi bărbaţii şi slăbiciunile lor, un interes sporit acordîndu-le celor care n-au reuşit să depăşească conduita adolescentină. *Bărbaţi*: femeile fac parte integrantă din viaţa dv. şi sînteţi sau doriţi să fiţi în termeni cît mai amiabili cu ele şi cu viaţa în general.

● Marion – Robin – Şeriful – Little John

Aveţi sentimente contradictorii din cauza diferenţelor pe care le constataţi între ceea ce ar trebui să fie şi ceea ce vă oferă viaţa. *Femei*: nu ştiţi în ce măsură adevărul rimează cu moralitatea sau dacă cele două concepte se află în opoziţie. *Bărbaţi*: în opinia dv., există

Scanned with OKEN Scanner

două categorii distincte de femei – femeia pură şi prostituata; mai mult, aveţi o idee greşită despre diferenţele dintre sexe, ceea ce adesea vă va aşeza într-o lumină penibilă pentru sexul opus.

● Marion – Robin – Little John – Şeriful

Dacă nu sînteţi prea fericit, este pentru că, dînd frîu liber emoţiilor, acestea ajung să vă copleşească, creează o breşă în certitudinile dv. şi un sentiment de ruşine faţă de slăbiciunea dv. *Femei*: acordaţi prea mare importanţă opiniilor, ideilor, atitudinilor celorlalţi. *Bărbaţi*: vă consideraţi, fără ezitare, un om integru, dar izul romantic care vă nuanţează ideile despre moralitate are desigur influenţă asupra sexualităţii dv.

● Marion – Little John – Şeriful – Robin

Sînteţi mulţumit de dv., uneori în chiar prea mare măsură. V-aţi construit propria matrice de valori morale, axată pe ceea ce trebuie făcut în funcţie de particularităţile situaţiei cu care vă confruntaţi. *Femei*: sînteţi încîntată de statutul de femeie şi apreciaţi, în egală măsură, vibraţiile inimii şi plăcerea actului sexual. *Bărbaţi*: din punct de vedere sexual, sînteţi inhibat şi mai sentimental decît lăsaţi să se vadă; în egală măsură, sînteţi foarte sensibil la părerile celorlalţi.

● Marion – Little John – Robin – Şeriful

Creaţi impresia de a fi fericit în dragoste, de a trăi în armonie cu cei care vă apreciază. Moralitatea dv. nu poate fi pusă la îndoială, iar integritatea dv. nu trebuie probată. *Femei*: bărbatul căruia îi veţi acorda încrederea şi dragostea dv. va trebui să le merite. *Bărbaţi*: sub o abordare uşor sofisticată, se ascunde un spirit cavaleresc în căutarea unui ideal.

● Little John – Robin – Marion – Şeriful

Sînteţi o persoană prudentă, rezervată, mai curînd introvertită. Consideraţi că fiecare om are un preţ şi că, din nefericire, preţul dv. nu este suficient de ridicat. *Femei*: nu aţi putut uita o experienţă anterioară care v-a afectat profund. Părerea dv. despre bărbaţi este şi astăzi marcată de această experienţă. *Bărbaţi*: problemele dv. sexuale îşi au originea în maniera indirectă în care abordaţi femeile şi în prea mica încredere pe care le-o acordaţi.

● Şeriful – Robin – Little John – Marion

În ciuda eforturilor de a părea o persoană sigură de sine, vă simţiţi puţin confuz şi nesigur. *Femei*: bărbaţii care vă atrag în mod deosebit vă sînt totuşi intangibili. *Bărbaţi*: nu înţelegeţi femeile; vă inspiră teamă, nu aţi întîlnit niciodată adevărata dragoste, preferaţi iubirea platonică, tatonările sentimentale şi acţiunile de curtare în loc să treceţi la fapte.

● Şeriful – Marion – Robin – Little John

Nu sînteţi niciodată mulţumit de ceea ce aveţi. Vi se întîmplă destul de rar să nu aveţi ceva de criticat. O reminiscenţă a copilului răsfăţat? Consideraţi sinceritatea ca valoare supremă, mai presus de morală, dar nu acceptaţi cu uşurinţă obiecţiile, observaţiile celorlalţi. *Femei*: în ciuda experienţei şi a inteligenţei dv., sînteţi un rău judecător al bărbaţilor. *Bărbaţi*: oricare ar fi problemele, acestea nu sînt prea mult legate de sex.

Scanned with OKEN Scanner

● **Șeriful – Marion – Little John – Robin**

În anumite situații, doriți cu orice preț să fiți o persoană lucidă, chiar cinică, dar rămîneți un iremediabil romantic. *Femei*: bărbații (un bărbat) v-au făcut să suferiți în trecut, dar această tristă experiență nu vă va împiedica să o luați de la capăt. *Bărbați*: departe de a fi o persoană inhibată, vă implicați totuși doar în relații superficiale, autoamăgindu-vă cu legături sentimentale iluzorii.

● **Șeriful – Little John – Robin – Marion**

Nu, nu sînteți cu adevărat o persoană închistată, plină de principii, deși... *Femei*: fără îndoială, aveți prea puțină încredere în dv. înșivă. *Bărbați*: aveți, ca și alți congeneri, părerea că femeile sînt ușuratice și inferioare bărbaților: o manifestare a modelului paternal sau o reacție față de o mamă dominatoare?

● **Șeriful – Little John – Marion – Robin**

Vă manifestați impulsiv, abordați problemele într-o manieră rigidă, lipsită de fantezie. Ușor iritabil, vă expuneți la situații dificile. Ceea ce nu vi se poate însă reproșa este ipocrizia, erijarea în adept al moralității convenționale. *Femei*: ați fi preferat să fi fost bărbat și nu femeie? *Bărbați*: după opinia dv., cu femeile trebuie să te porți conform principiului „iei și arunci" – atitudine caracteristică bărbaților cărora de fapt le este frică de femei.

● **Marion – Șeriful – Robin – Little John**

Îmbinați avantajele moralității cu un cod al onoarei și al valorilor religioase. Sînteți impulsiv și imprevizibil. *Femei*: sînteți o persoană de lume, care știe să profite de viață; conștientă de drepturile femeii, pe care le apărați cu vehemență, apreciați bărbații care dau dovadă de caracter; cu atît mai rău pentru cei care se dovedesc slabi! *Bărbați*: se poate presupune că aparțineți mai curînd categoriei amanților virtuali decît celor reputați. ■

Traducere și adaptare:
Adriana CRĂCIUN
(după revista Psychologies, *februarie 1999)*

Psihologia vestimentației

(Urmare din pag. 27)

La același rezultat ajunge și Livolsi în studiul „Moda, costumul și lumea juvenilă". El studiază schimbările modei în societatea de consum. Dacă schimbul socio-cultural coincide cu adoptarea unui stil diferit al modei, atunci „este ușor de constatat că în anii '50-'60 costumul gri era sinonim cu integrarea deplină în așa-zisa societate a bunăstării" și cu „era funcționalitate, profesionalitate și autoritarism".

Trecînd peste moda costumului gri, acum schimbul social și cultural se manifestă în faptul că toată lumea se îmbracă diferit de ceilalți. În acest caz, *moda este privită ca o posibilitate de expresivitate, de autorealizare, de independență față de controlul social, ca o capacitate de inovație și de creativitate.* ■

Scanned with OKEN Scanner

Dragoste şi gelozie

Chiar şi cele mai fierbinţi sentimente se pot răci atunci cînd unul dintre parteneri ţine cu orice preţ să devină stăpînul celuilalt. Credeţi că şi dv. aţi putea manifesta o asemenea tendinţă? Răspunzînd sincer la toate întrebările ce urmează veţi afla dacă...

1. Presupunînd că într-o seară partenerul (partenera) se va duce la o petrecere singur(ă), fără dv:

- ☐ a) vă simţiţi deosebit de jignit(ă)?
- ☐ b) avînd încredere deplină în el (ea) nu vă deranjează?
- ☐ c) cu prima ocazie veţi proceda la fel?

2. Consideraţi că...

- ☐ a) partenerii nu trebuie să aibă secrete unul faţă de celălalt?
- ☐ b) există şi lucruri despre care nu este absolut necesar să vorbiţi?
- ☐ c) independenţa este un drept al fiecăruia?

3. Vi se pare normal ca...

- ☐ a) fiecare să accepte prietenii celuilalt?
- ☐ b) partenerul (partenera) să aibă şi prieteni care să fie numai ai lui (ei), chiar şi de sex opus?
- ☐ c) să aveţi nevoie doar unul de celălalt?

4. Ce faceţi în cazul în care partenerul (partenera) are, pe neaşteptate, un alt mod de a se comporta, în sensul că o dată sau de două ori pe săptămînă rămîne să lucreze peste program?

- ☐ a) îl (o) asaltaţi cu tot felul de întrebări
- ☐ b) vi se pare suspect şi ca urmare îl (o) controlaţi
- ☐ c) îl (o) întîmpinaţi cu bucurie cînd se întoarce acasă, chiar dacă la ore tîrzii

5. Invitaţi la o petrecere, partenerul (partenera) acordă mult prea multă atenţie altei persoane de sex opus şi atunci dv.

- ☐ a) vă supăraţi şi plecaţi acasă?
- ☐ b) nu daţi importanţă modului lui (ei) de a se comporta?
- ☐ c) căutaţi printre invitaţi pe cineva care v-ar putea ajuta să vă răzbunaţi?

Scanned with OKEN Scanner

6. Iubitul (iubita) dv. se extaziază la vederea fie şi numai pe ecran a unei stele de cinema sexi. Ce faceţi?
- ❒ a) faptul vă distrează
- ❒ b) acest lucru vă supără, vă necăjeşte
- ❒ c) admiraţia lui (ei) vă înfurie de-a dreptul

7. Întîmplarea face să vă surprindeţi partenerul (partenera) la o cafea cu o femeie (un bărbat) bine. Ce faceţi?
- ❒ a) vă aşezaţi la masa lor într-un mod cît se poate de firesc
- ❒ b) vă alăturaţi lor pentru a afla de ce sînt împreună
- ❒ c) vă îndepărtaţi discret, întrebările urmînd să le puneţi pe urmă acasă

8. Partenerului (partenerei) dv. îi plac dansul, înotul, pescuitul, îndeletniciri care nu vă atrag, ba mai mult, vă irită. Ce faceţi?
- ❒ a) rupeţi legătura cu el (ea)
- ❒ b) vă înarmaţi cu răbdare şi aşteptaţi ca el (ea) să renunţe cu timpul la aceste îndeletniciri
- ❒ c) nu interveniţi în nici un fel; n-are decît să le practice dacă-i face plăcere

9. Ce faceţi dacă simţiţi că partenerul (partenera) nu vă acordă suficientă atenţie?
- ❒ a) vă străduiţi să fiţi mai atent(ă) şi mai tandră (tandru)
- ❒ b) bosumflat(ă), vă folosiţi talentul de actor şi jucaţi o scenă sentimentală
- ❒ c) încă n-aţi simţit că aţi fost neglijat(ă)

10. Tatăl partenerului (partenerei) a decedat şi ca urmare o noapte pe săptămînă rămîneţi singur(ă), perechea dv. dorind să stea cîteva ore în plus cu mama, acum văduvă. Ce faceţi?
- ❒ a) sînteţi de acord
- ❒ b) de fiecare dată inventaţi un motiv pentru a-l (a o) reţine acasă
- ❒ c) propuneţi ca aceste vizite prelungite să fie reduse la o dată pe lună

11. Consideraţi că îndrăgostiţii:
- ❒ a) ar trebui ca în timpul liber să fie mereu împreună?
- ❒ b) din cînd în cînd partenerii se pot odihni şi separat?
- ❒ c) vacanţa este mai plăcută atunci cînd fiecare şi-o petrece în alt loc?

12. Pe numele partenerului (partenerei) soseşte un plic cu menţiunea: „strict personal". Ce faceţi?
- ❒ a) îl deschideţi
- ❒ b) nu-l deschideţi, dar insistaţi să vi se spună ce mesaj conţine
- ❒ c) nu vă preocupă

13. Descoperiţi că partenerul (partenera) v-a înşelat. Ce faceţi?
- ❒ a) rupeţi imediat legătura cu el (ea)
- ❒ b) încercaţi să iertaţi şi să uitaţi
- ❒ c) vă răzbunaţi făcînd acelaşi lucru

14. Partenerul (partenera) flirtează cu cea mai bună prietenă (cel mai bun prieten) al dv. Ce faceţi?
- ❒ a) apreciaţi aceasta ca fiind doar un joc
- ❒ b) faceţi tot posibilul să nu-i lăsaţi singuri
- ❒ c) luaţi măsuri ca pe viitor să nu se mai întîlnească

Scanned with OKEN Scanner

15. La un moment dat, în timpul unei petreceri „nebune", cineva propune ca perechile să facă schimb de parteneri...

- ☐ a) consideraţi propunerea binevenită?
- ☐ b) vreţi să ştiţi mai ales ce părere are partenerul (partenera) dv. despre propunere?
- ☐ c) propunerea vă scandalizează?

Cotarea răspunsurilor

	a	b	c
1	5	3	1
2	3	2	1
3	2	1	3
4	4	7	1
5	5	3	1
6	1	4	7
7	1	5	3
8	4	7	1
9	3	5	1
10	4	1	7
11	3	2	1
12	7	4	1
13	5	3	1
14	1	4	7
15	1	3	5

Interpretarea rezultatelor

Faceţi totalul punctelor obţinute.

Dacă aţi obţinut:

28 sau mai puţine puncte:

Nici urmă de gelozie nu poate fi remarcată la dv. Dar nici nu se poate spune despre dv. că aţi fi un model de virtuozitate. Este adevărat că nu doriţi să vă stăpîniţi partenera (partenerul) ca pe un bun aflat în proprietate particulară, dar nici nu-i acordaţi suficientă atenţie. Pentru dv. importantă este doar propria persoană.

Între 29 şi 42 de puncte:

Din cînd în cînd daţi dovadă de gelozie, totuşi nici pe departe nu vreţi să pară că partenerul (partenera) vă aparţine trup şi suflet. În schimb, vă scandalizaţi dacă el (ea) este gelos pe dv.

Între 43 şi 61 de puncte:

Aveţi clar exprimată tendinţa de a stăpîni. Sînteţi exagerat(ă) de sensibil(ă), de susceptibil(ă) şi, de multe ori, deveniţi gelos (geloasă) din nimic. Dacă veţi continua să vă comportaţi în acelaşi mod legătura cu partenerul (partenera) dv. va fi în permanenţă periclitată.

Peste 62 de puncte:

Rar se întîlnesc persoane atît de geloase cum sînteţi dv. Partenerul (partenera) dv. nu poate îndrăzni nici măcar să se uite la altcineva fără a risca să i se reproşeze violent acest lucru. Nu uitaţi însă că gelozia este călăul sentimentelor şi cauza multor suferinţe, chiar şi fizice, nu numai psihice. Iar dacă nu recunoaşteţi şi nu ţineţi seama de acest adevăr puteţi fi convins(ă) că în dragoste veţi avea numai decepţii, iar căsnicia va sfîrşi prin divorţ. ■

Traducere şi adaptare:
Viorica PODINĂ

Scanned with OKEN Scanner

Cum sînt sentimentele dv. faţă de soţ (soţie)?

Mai jos sînt 17 întrebări ce vizează sentimentele dintre două persoane căsătorite sau logodite. Încercaţi să răspundeţi la fiecare dintre acestea, alegînd una dintre cele 7 variante de răspuns, în aşa fel încît ea să reflecte ce simţiţi în general, ce sentimente aveţi faţă de soţ/logodnic, luînd în considerare ultimele cîteva luni. Varianta de răspuns pe care o alegeţi trebuie să reflecte ce simţiţi în mod real şi nu cum credeţi că trebuie să simţiţi sau aţi dori să simţiţi. La fiecare întrebare încercuiţi unul din cele 7 numere, care reprezintă, de altfel, numărul de ordine al variantei de răspuns pentru care aţi optat.

Variantele de răspuns sînt următoarele:

1 = extrem de negativ; 2 = destul de negativ; 3 = uşor negativ; 4 = neutru ;5 = uşor pozitiv; 6 = destul de pozitiv; 7 = extrem de pozitiv

1. Cum vă simţiţi faţă de soţul (soţia) dv. în calitate de prieten al dv.?	1 2 3 4 5 6 7
2. Cum vă simţiţi privitor la viitorul relaţiilor dv. maritale?	1 2 3 4 5 6 7
3. Cum vă simţiţi referitor la căsătoria cu soţul (soţia) dv.?	1 2 3 4 5 6 7
4. Cum vă simţiţi în ceea ce priveşte abilitatea soţului (soţiei) dv. de a vă crea o bună dispoziţie în aşa fel încît să rîdeţi şi să zîmbiţi?	1 2 3 4 5 6 7
5. Cum vă simţiţi privitor la abilitatea soţului (soţiei) dv. de a controla stresul?	1 2 3 4 5 6 7
6. Cum vă simţiţi referitor la gradul în care soţul (soţia) dv. vă înţelege?	1 2 3 4 5 6 7
7. Cum vă simţiţi privitor la nivelul în care puteţi avea încredere în soţul dv.?	1 2 3 4 5 6 7
8. Cum vă simţiţi privitor la modul în care soţul (soţia) dv. se raportează la alte persoane?	1 2 3 4 5 6 7

Scanned with OKEN Scanner

Următorii 9 itemi sînt sub formă mai mult de afirmaţii decît de întrebări. Cu toate acestea, vă rugăm să încercaţi să răspundeţi la ele în aceeaşi manieră, amintindu-vă că trebuie să vă bazaţi răspunsurile dv. pe modul cum vă simţiţi în general în legătură cu soţul (soţia) dv., avînd în vedere o perioadă de cîteva luni. Variantele de răspuns sînt următoarele: 1 = extrem de negativ; 2 = destul de negativ; 3 = uşor negativ; 4 = neutru; 5 = uşor pozitiv; 6 = destul de pozitiv; 7 = extrem de pozitiv

1. Atingerea soţului(soţiei) meu(mele) mă face să mă simt: 1 2 3 4 5 6 7
2. Fiind singur cu soţul(soţia) meu(mea) mă face să mă simt: 1 2 3 4 5 6 7
3. Relaţiile sexuale cu soţul (soţia) meu(mea) mă fac să mă simt: 1 2 3 4 5 6 7
4. Vorbind şi comunicînd cu soţul(soţia) meu(mea) mă face să mă simt: 1 2 3 4 5 6 7
5. Încurajările soţului(soţiei) meu(mele) privind realizările mele mă fac să mă simt: 1 2 3 4 5 6 7
6. Aparenţa fizică a soţului(soţiei) mă fac să mă simt: 1 2 3 4 5 6 7
7. Căutarea confortului din partea soţului(soţiei) meu(mele) mă fac să mă simt: 1 2 3 4 5 6 7
8. Sărutîndu-mi soţul(soţia) mă simt: 1 2 3 4 5 6 7
9. Stînd aproape sau stînd culcat aproape de soţul(soţia) meu(mea) mă face să mă simt: 1 2 3 4 5 6 7

Calcularea scorului şi interpretarea rezultatelor

Se face suma punctelor obţinute la fiecare item. Rezultatul se raportează apoi la media eşantionului care este, pentru bărbaţi, 100,52, iar pentru femei 104,26 (SD = 9,7). Testul măsoară sentimentele pozitive pe care le aveţi faţă de soţ(soţie). Scorurile mai mari decît valorile medii, pentru cele două sexe, exprimă faptul că sentimentele dv. faţă de soţ(soţie) nu numai că sînt pozitive, dar ele sînt şi deosebit de intense. Cînd valorile obţinute sînt sub medie, înseamnă că sentimentele dv. pozitive sînt din ce în ce mai sărace, cea mai slabă intensitate fiind exprimată de valoarea 17. ■

Traducere şi adaptare:
Nicolae MITROFAN,
Laurenţiu MITROFAN

Scanned with OKEN Scanner

Comportamentul agresiv

O abordare etologică (VIII)

În afară de Konrad Lorenz, un alt etolog care a aprofundat problema comportamentului agresiv la animale şi la om este I. Eibl-Eibesfeldt, mai ales în remarcabilele sale studii „Liebe und Hass" (1970) şi „Krieg und Frieden aus den Sicht der Verhaltensforschung" (1984). Întrucît ambele lucrări au apărut în versiune românească*, vom face cîteva observaţii generale.

Eibl-Eibesfeldt tratează comportamentul agresiv într-un mod mai extensiv decît K. Lorenz, acordînd o mai mare atenţie factorilor culturali. Totuşi, ca şi Lorenz, el atribuie atît comportamentului agresiv, cît şi comportamentelor de pacificare, cu semnificaţie etică, baze biologice. El admite existenţa, la om, a unei motivaţii agresive, avînd propriul ei comportament apetitiv. Oamenii astfel motivaţi caută activ situaţiile propice pentru a-şi manifesta agresivitatea. În toate culturile există modalităţi ritualizate de a atenua pericolul social al unor asemenea manifestări, mai ales prin redirecţionarea agresivităţii sub forma aşa-numitelor *obiceiuri-supapă*.

Deşi admite existenţa unor reacţii agresive determinate de prestarea sau de întărirea operată prin condiţionare, I. Eibl-Eibesfeldt citează date furnizate de fiziologia sistemului nervos, care atestă originea neurogenă a unor accese spontane de furie constatate la om. Accesele respective constau din atacuri împotriva altor persoane, din distrugerea de obiecte, din adoptarea expresiilor mimico-faciale tipice furiei şi din resimţirea subiectivă a sentimentului de iritare. Centrii agresivităţii sînt situaţi în lobii temporali şi nucleii amigdalieni. Manifestările agresive menţionate sînt însoţite de activităţi electrice survenite la nivelul acestor centri şi, de asemenea, pot fi declanşate prin excitarea electrică a respectivelor zone. În mod normal, aceşti centri se află în interacţiune cu alţi centri care controlează şi inhibă activităţile agresive şi care se află în zonele ventromediene ale lobilor frontali şi în zonele centrale ale lobilor temporali. Excitarea electrică a acestor ultimi centri calmează persoanele hiperagresive. Cercetările au fost efectuate pe persoane avînd tulburări patologice de comportament, dar întrucît respectivele structuri nervoase există şi la persoanele normale şi întrucît s-a dovedit că toţi neuronii ganglionari au (şi) o activitate spontană, se poate presupune că şi la oamenii psihic sănătoşi apetenţa agresivă se bazează pe activitatea spontană a centrilor menţionaţi.

* Respectivele versiuni au apărut la Editura Trei sub titlurile „Iubire şi ură" (1998) şi „Agresivitatea umană" (1995).

Scanned with OKEN Scanner

Atît la animale, cît şi la om maturizarea nervoasă şi învăţarea deţin un rol important în dezvoltarea comportamentului agresiv.

Spre deosebire de K. Lorenz, Eibl-Eibesfeldt face o distincţie între agresivitatea intragrupală (între indivizii aceluiaşi grup) şi cea intergrupală (între grupuri diferite), războiul fiind inclus şi tratat în cadrul acesteia din urmă.

Agresivitatea intragrupală se manifestă într-o serie de situaţii tipice, care, după I. Eibl-Eibesfeldt, sînt: 1) ocuparea şi apărarea unor zone spaţiale (teritoriul individual şi distanţa individuală); 2) disputarea obiectelor; 3) menţinerea structurii grupului; 4) rivalitatea socială şi sexuală; 5) apărarea partenerului social (sau sexual – n.n.); 6) agresivitatea educativă; 7) reacţia de respingere (excludere) a indivizilor ce se abat, ca aspect şi/sau comportament, de la norma grupului.

Controlul agresivităţii intragrupale se efectuează prin următoarele mecanisme: • semnale care inhibă agresivitatea; • stabilirea şi funcţionarea ierarhiei sociale; • ritualizarea filogenetică, dar mai ales culturală a confruntărilor; • aplanarea conflictelor, consolare, mediere; • ritualuri de apropiere şi coeziune socială; • obiceiuri-supapă.

Războiul, principala formă a **agresivităţii intergrupale umane**, este considerat de I. Eibl-Eibesfeldt ca un produs al evoluţiei culturale, net deosebit de formele biologice ale agresivităţii intragrupale individualizate. Teritorialismul şi apariţia armelor au contribuit la dezvoltarea agresivităţii distructive. Totuşi, războiul are, de asemenea, „răda-

Scanned with OKEN Scanner

cini biologice". Predispoziția agresivă înnăscută a omului și reacția înnăscută de respingere a străinilor reprezintă două din premisele fundamentale ale războiului. Războiul – consideră I. Eibl-Eibesfeldt – s-a dezvoltat ca un mod cultural de îndepărtare a străinilor, fiind asemănător formelor de agresivitate teritorială determinată biologic. Etologul german nu este de acord cu E. Fromm care consideră războiul ca pe o degenerare patologică de tipul crimei, avîndu-și originea în sadism și necrofilie.

Agresivitatea intergrupală umană este controlată prin următoarele mecanisme principale: • ritualizarea războiului; • medierea printr-un terț; • încheierea formală a păcii; • ritualuri pentru menținerea păcii; • evitarea conflictelor prin legarea mitică de un anumit loc; • modele socioculturale de controlare a conflictelor.

Un merit al lui I. Eibl-Eibesfeldt este acela că, în ultimul din studiile citate ia în discuție, în mod obiectiv și realist, funcțiile războiului, în special cele originare. Un fenomen atît de vechi și de răspîndit cum este războiul nu poate fi neutru din punctul de vedere al selecției naturale și, mai apoi, culturale. Dacă războiul ar fi fost în mod esențial și permanent nefavorabil supraviețuirii culturii, fără îndoială ar fi apărut foarte repede un proces de contraselecție, care ar fi condus la eliminarea lui. După cum arată istoria, un asemenea lucru nu s-a întîmplat.

Funcțiile războiului sînt analizate de I. Eibl-Eibesfeldt nu atît în raport cu motivațiile, cît mai ales cu consecințele sale. El distinge: 1) funcția ecologică: obținerea de noi teritorii, noi resurse materiale și, uneori, forță de muncă; 2) funcția genetică: învinsul este lichidat, fie alungat, fie subjugat, fondul său genetic fiind preluat de populația învingătoare; 3) funcția culturală: învinsul nu mai este (cel puțin în totalitate) anihilat biologic, ci cultural; acest lucru este posibil deoarece fenomenele culturale capătă o autonomie relativă, putîndu-se manifesta independent de purtătorii lor biologici.

Războiul este deci un mijloc prin care grupurile umane se confruntă pentru a obține bunurile și condițiile necesare supraviețuirii (teritorii, materii prime, resurse tehnico-materiale și, uneori, umane). I. Eibl-Eibesfeldt amintește și funcții de reglare demografică, menționată de unii autori (necitați), dar el o consideră un efect secundar. Războiul modern, susține etologul german, are, în esență, funcții asemănătoare celor originare, în măsura în care se recurge la mijloacele utilizate pînă la cel de-al doilea război mondial.

În ultimul capitol, I. Eibl-Eibesfeldt discută „calea spre pace" și efectuează o amplă analiză comparativă a modelelor de control al conflictelor la animale și la om. Mijloace specific umane de control sînt: educarea în vederea păcii, crearea unui drept civil și internațional, integrarea grupurilor umane în unități cît mai cuprinzătoare, extinderea etosului familial, căsătorii între membrii diferitelor grupuri. Celelalte forme de control al conflictelor apar în lumea animală, dar capătă, datorită limbajului și ritualizării culturale, o formă specific umană. ■

Dr. Mihail COCIU

Scanned with OKEN Scanner

CHESTIONAR
pentru cititorii revistei PSIHOLOGIA

Ne bucurăm că aţi ales revista noastră pentru a vă informa despre fenomenele şi procesele psihice, despre specificul interacţiunilor umane, despre structura şi dezvoltarea personalităţii. Dorind să venim în întîmpinarea intereselor dv. de cunoaştere şi divertisment, vă rugăm să completaţi acest chestionar şi să-l expediaţi pe adresa revistei PSIHOLOGIA (Piaţa Presei Libere nr. 1, sector 1, Bucureşti, Cod 79 781) cît mai repede posibil (nu mai tîrziu de 10 zile de la citirea chestionarului).

Răspundeţi prin încercuirea numărului din dreptul variantei de răspuns care corespunde cel mai bine opiniei sau situaţiei dv.

Contăm pe ajutorul pe care îl vom primi de la dv. pentru ca revista PSIHOLOGIA să vă ofere în continuare lecturi utile şi agreabile.

Chestionarul este anonim, nu trebuie semnat.

1. Citiţi revista PSIHOLOGIA la fiecare apariţie a ei sau ocazional?
- la fiecare apariţie 1
- ocazional 2

2. Aveţi abonament la revistă?
- da 1
- nu 2

3. De obicei, citiţi revista PSIHOLOGIA integral sau numai anumite articole?
- citesc integral revista 1
- citesc numai anumite articole 2

4. Care domeniu al psihologiei vă interesează cel mai mult? (Alegeţi un singur domeniu din cele menţionate în ordine alfabetică):
- psihologie clinică 1
- psihologia educaţiei 2
- psihologie economică 3
- psihologia familiei 4
- psihologie generală 5
- psihologia învăţării 6
- psihologie judiciară 7
- psihologie militară 8
- psihologia reclamei 9
- psihologie socială 10
- psihologia sportului 11
- psihologia vîrstelor 12
- alte domenii 13

Scanned with OKEN Scanner

5. Articolele publicate în revistă abordează teme:
– foarte actuale 1
– actuale 2
– lipsite de actualitate 3
– nu pot să apreciez 4

6. Temele sînt prezentate într-o manieră:
– foarte accesibilă 1
– accesibilă 2
– greu accesibilă 3
– nu pot să apreciez 4

7. Ilustrația articolelor este:
– suficientă şi atractivă 1
– insuficientă, dar atractivă 2
– suficientă, dar neatractivă 3
– nu pot să apreciez 4

8. Vă place grafica revistei?
– da 1
– nu 2
– nu ştiu 3

9. Sînteţi satisfăcut(ă) de calitatea hîrtiei şi a tiparului revistei PSIHOLOGIA?
– foarte satisfăcut 1
– satisfăcut 2
– nici, nici 3
– nesatisfăcut 4
– foarte nesatisfăcut 5

10. Cum apreciaţi preţul de vînzare al revistei?
– accesibil 1
– prea scăzut 2
– prea ridicat 3
– nu ştiu 4

11. Aţi accepta să plătiţi mai mult pentru ca revista să apară în condiţii grafice mai bune?
– da 1
– nu 2
– nu ştiu 3

Pentru a grupa răspunsurile la acest chestionar în vederea prelucrării statistice computerizate, vă rugăm să ne spuneţi cîteva date personale:

Vîrsta (în ani împliniţi)
– sub 15 ani 1
– între 16 şi 18 ani 2
– între 19 şi 20 ani 3
– între 21 şi 25 ani 4
– între 26 şi 35 ani 5
– între 36 şi 56 ani 6
– peste 56 ani 7

Sexul
– Masculin 1
– Feminin 2

Domiciliul stabil
– Urban 1
– Rural 2

Situaţia şcolară (ultima formă de învăţămînt absolvită):
– şcoala elementară 1
– şcoala generală de 10 clase 2
– liceul 3
– şcoala postliceală 4
– învăţămîntul superior 5
– alte forme de învăţămînt 6

Situaţia profesională actuală:
– elev 1
– student 2
– tehnician 3
– muncitor 4
– funcţionar 5
– profesor 6
– inginer 7
– patron 8
– şomer 9
– alte situaţii 10

Vă mulţumim pentru colaborare!

Scanned with OKEN Scanner

Peste 35 de ani în slujba educaţiei: Asociaţia Franceză a Psihologilor şcolari (AFPS)

Creată în 1962, Asociaţia Franceză a Psihologilor Şcolari (AFPS) este membră a numeroase organisme naţionale cu rol de decizie în domeniul educaţiei (COFRADE, CORIDYS ş.a.), precum şi a Societăţii Franceze de Psihologie (SFP) şi a Asociaţiei Internaţionale a Psihologilor Şcolari (ISPA).

Activitatea internă a AFPS este orientată pe patru direcţii principale:

1. Pregătirea continuă a psihologilor şcolari prin organizarea următoarelor manifestări ştiinţifice:

- Congresul naţional al AFPS (o dată la 2 ani);
- Colocviile naţionale – în colaborare cu SFP şi cu alte organizaţii profesionale;
- Universităţile de vară;
- Zilele de studiu naţionale şi regionale;
- Seminariile şi sesiunile de formare profesională.

Dintre temele abordate la aceste manifestări menţionăm:: „Memorie şi devenire" (1995); „Piaget dincolo de Piaget" (1996); „Noi tehnici de integrare a copiilor şi adolescenţilor proveniţi din migraţiune" (1994, 1995); „Practici de parteneriat – un răspuns la dificultăţile copilului" (1998); „Serviciile psihologice şi schimbarea comportamentelor în şcoală" (1998) ş.a.

2. Constituirea AFPS în instanţă profesională, într-un veritabil interlocutor pentru ministere, universităţi, organizaţii sindicale şi profesionale, federaţii ale părinţilor, mass-media ş.a.

În acest sens, AFPS s-a impus prin următoarele demersuri:

– recunoaşterea şi reglementarea legală a statutului profesiei de „psiholog şcolar" (1980) şi crearea Diplomei de Stat de Psiholog Şcolar (DEPS, 1989);

– armonizarea formării profesionale a psihologilor şcolari cu formarea similară din Europa (1980);

– crearea, împreună cu partenerii sistemului educativ, a grupurilor de lucru „Psihologia educaţiei" şi „Comisia naţională de orientare" (1988);

– formarea unui corp unic de psihologi ai educaţiei, de la grădiniţă la universitate, şi regruparea în servicii de psihologia educaţiei (1991) etc.

3. Dezvoltarea cercetării ştiinţifice în domeniul psihologiei educaţiei (psihologia vîrstelor şcolare; examinarea psihologică în şcoală; elaborarea metodologiei specifice problemelor educative etc.). În acest sens, AFPS colaborează cu numeroşi parteneri interni şi externi.

4. Activitatea publicistică prin editarea următoarelor publicaţii:

- *Psihologie şi Educaţie* (4 nume-re/an), revistă ştiinţifică şi profesională;

Scanned with OKEN Scanner

• *Schimburi*, jurnal de informaţii trimestrial pentru membrii AFPS;
• *Scrisoare de comunicare internă*;
• *Programe ale manifestărilor organizate*;
• Cărţi cu rezultatul cercetările ştiinţifice proprii.

Revista *Psihologie şi Educaţie* (Psihologie & Education) succede, din 1990, revistei *Psihologie şcolară* şi îşi propune să difuzeze curentele actuale ale psihologiei aplicate în educaţie, care se dezvoltă în Franţa şi în străinătate. Articolele acoperă multiple cîmpuri, cum sînt: psihologia copilului şi adolescentului, psihologia educaţiei, psihologia cognitivă, psihanaliză, psihosociologie, ergonomie şcolară, etnopsihologie, epistemologie ş.a.

Dintre subiectele abordate în ultimii ani de studiile publicate în revistă menţionăm următoarele:
• Şcolaritate şi identitate
• Şcolaritatea precoce şi alte moduri de supraveghere
• Desenul copilului şi intervenţiile psihologice preventive şi terapeutice din şcoală
• Optimism şi pesimism la copil
• Teste implicite versus explicite şi performanţele şcolare
• Metodologie specifică pentru conversaţia familială în cadrul şcolar
• Culoarea sau forma: studiul criteriilor de clasificare la copiii de grădiniţă ş.a.

Revista ***Psihologie şi Educaţie*** este deschisă în special practicienilor în psihologie, cercetătorilor care doresc să informeze despre stadiul unor cercetări sau concluziile acestora, cititorilor şi corespondenţilor revistei prin rubrici speciale. Ea serveşte membrilor AFPS şi, sub formă de abonament, tuturor celor interesaţi de aportul psihologiei în educaţie.

Activitatea internaţională a AFPS cuprinde trei momente principale: aderarea la ISPA (1979); intrarea AFPS în Comitetul executiv al ISPA (1985); crearea Comisiei internaţionale a AFPS (1985).

Principalele activităţi internaţionale ale AFPS sînt: favorizarea de întîlniri dintre psihologii şcolari din lumea întreagă; prezentarea de comunicări la colocviile internaţionale; publicarea de articole ale autorilor străini în revista *Psychologie & Education*; încurajarea şi susţinerea cercetărilor comparative ale psihologilor şcolari din Franţa şi alte ţări (dezvoltarea parteneriatului internaţional pentru cercetare şi formare profesională).

În acest sens, AFPS editează publicaţia *Scrisoare internaţională*, care informează despre activitatea ISPA, a asociaţiilor psihologilor şcolari din diverse ţări şi a Comisiei internaţionale a AFPS.

Le lettre internationale se recomandă astfel ca un spaţiu de dialog şi difuzare a psihologiei şi culturii psihologice din diverse ţări, precum Italia, Estonia, Liban, SUA, Turcia, Letonia, Anglia etc.

În prezent, comisia internaţională a AFPS a început demersul pentru organizarea în Franţa, în anul 2001, a Colocviului internaţional al ISPA.

Preşedintele actual al AFPS şi directorul revistei *Psychologie & Education* este doamna Suzanne Guillard.

AFPS poate constitui pentru psihologii din România un model deontologic de revigorare a statutului profesional al psihologului şcolar, grav afectat de regimul comunist în deceniul al şaptelea. ■

Lector univ. dr. Elena BADEA,
membru asociat al AFPS

Scanned with OKEN Scanner

Vă ţineţi promisiunile?

Încercaţi să aflaţi acest lucru răspunzînd prin DA sau NU la întrebările care urmează.

1. **Vi s-a întîmplat să nu vă onoraţi un angajament pe care vi l-aţi asumat personal?**
❒ Da Nu ❒

2. **Vă afectează dacă îi dezamăgiţi pe ceilalţi?**
❒ Da Nu ❒

3. **Un contract, o dată semnat, trebuie respectat întotdeauna ad litteram?**
❒ Da Nu ❒

4. **Poate fi promisă, din pasiune, luna de pe cer?**
❒ Da Nu ❒

5. **Vi se întîmplă să le faceţi anumite servicii celorlalţi?**
❒ Da Nu ❒

6. **Vă respectaţi angajamentele, chiar dacă ceilalţi nu le respectă?**
❒ Da Nu ❒

7. **Vi s-a întîmplat să vi se amintească verde în faţă că nu v-aţi respectat promisiunile?**
❒ Da Nu ❒

8. **Memoria dv. v-a împiedicat vreodată să vă ţineţi de cuvînt?**
❒ Da Nu ❒

9. **Treceţi, pe lîngă anturajul dv., drept o persoană de încredere, pe care se poate conta şi care îşi respectă întotdeauna cuvîntul dat?**
❒ Da Nu ❒

10. **Daţi mare importanţă promisiunilor făcute?**
❒ Da Nu ❒

Calcularea scorului

Acordaţi-vă un punct dacă aţi răspuns cu DA la întrebările 3, 5, 6, 9 şi 10 şi tot un punct pentru răspunsurile cu NU la întrebările 1, 2, 4, 7 şi 8.

După ce aţi făcut totalul punctelor obţinute, citiţi interpretarea rezultatelor.

Interpretarea rezultatelor

- **Dacă aţi obţinut 10 puncte:** nu numai că sînteţi o persoană care îşi ţine cuvîntul, ci şi o persoană realistă, de încredere şi foarte credincioasă unor principii morale solide.
- **Dacă aţi obţinut între 7 şi 9 puncte:** vă ţineţi adesea cuvîntul, respectîndu-vă angajamentele şi promisiunile şi dezaprobaţi cînd cineva nu îşi respectă acest gen de îndatoriri.
- **Dacă aţi obţinut între 3 şi 6 puncte:** vi se întîmplă uneori să nu vă ţineţi promisiunile. Cauza să fie oare lipsa rigorii, a memoriei sau simpla neglijenţă?
- **Dacă aţi obţinut mai puţin de 3 puncte:** este timpul să vă reveniţi şi să acordaţi mai multă importanţă cuvîntului dat, contractelor semnate şi angajamentelor morale „încheiate" cu persoanele pe care le respectaţi. ■

Traducere şi adaptare:
Mihaela ROCO

Scanned with OKEN Scanner